Необычные блюда из обычных овощей

Воробьева Мария Анатольевна



Воробьева М.А. 'Необычные блюда из обычных овощей' - Москва: Колос, 1993 - с.275

Необычные блюда из обычных овощей

Книга предлагает множество рецептов приготовления неординарных домашних блюд из самых распространенных овощей. Она поможет хозяйке расширить границы использования этих овощей в птитании, внести разнообразие в меню семьи со средним достатком. Для массового читателя.

От издательства

Поводом для появления этой книги послужил, как ни покажется странным, оскудевший кошелек наших огонь и воду прошедших, но неунывающих домашних хозяек, вынужденных в период тяжелейшего экономического кризиса в стране вести ежедневную борьбу не просто за выживание, а за достойное существование своей семьи в навязываемых рынком условиях. Задаваясь вопросом, как помочь им, и зная, сколько всякой всячины выплеснулось сейчас на коммерческие прилавки и лотки после долгих лет непрекращающегося спроса на кулинарную книжную продукцию, мы и придумали нечто оригинальное.

Нам ли сомневаться в кулинарных способностях наших соотечественниц?! Чего только ни умеют готовить эти мастерицы, стоит только пригласить в дом гостей. В недавнем прошлом они по праздникам такое затевали пиршество, что дым коромыслом с утра до вечера на кухне стоял. Чего только ни пекли и ни запекали, каких только пирожных и тортов ни создавали! И ведь было из чего готовить! Хотя и в поминаемые подчас добрым словом застойные времена прилавки наших магазинов не ломились от обилия продуктов, а уж о разнообразии их доводилось лишь мечтать. Не потому ли расхожими были высказывания иностранцев о нашем чрезмерно однообразном питании. Но разве те же иностранцы не поражались изобилию, становясь гостями дома самого что ни на есть среднего достатка?

Словом, готовить наши добрые хозяйки всегда умели и любили. Однако что сказать теперь, когда непомерными стали расходы на не допустимый в иных условиях минимум продуктов питания, в которых нуждается каждая семья? Ассортимент их настолько сужен, что и говорить о нем не приходится. Мы вынуждены, по существу, отказываться от мясной и некоторой молочной пищи, от фруктов, соблазнительных кондитерских изделий и от других привычных яств. Но вот что мы не должны, не хотим и не можем исключать из рациона, даже несмотря на дороговизну, так это овощи — такие простые и незаменимые, как картошка, капуста, лук, морковь, свекла, тыква, которые всегда накормят нас зимой, и такие, как помидоры, огурцы, кабачки, баклажаны, репа, которые, дождаться только лета, скрасят нашу жизнь до поздней осени.

Утешительно, что овощи, выращиваемые на наших садовых и огородных участках, будут надежным подспорьем для многих тысяч, а то и миллионов семей. Но огорчительно, что распространенные у

нас способы кулинарной обработки и переработки овощей в быту немногочисленны и весьма консервативны. Желание отойти от рутины и подтолкнуло нас к созданию этой книги. Она должна расширить границы использования овощей в домашнем питании и тем самым внести разнообразие в наше поневоле обедневшее меню.

Отобранные автором и несколько модифицированные с учетом времени кулинарные рецепты за небольшим исключением просты в исполнении. Причем овощи, из которых можно приготовить множество, как вы сами в этом убедитесь (надо только не полениться), необычных блюд, представлены здесь самые распространенные и по ценам самые доступные. И порядок их в книге выстроен примерно по степени использования в питании.

Автор постарался обойтись без лишних слов. Предметом книги стали исключительно рецепты, без набивших оскомину сведений о пользе и месте овощей в питании, о правилах приготовления их. Наша задача — подсказать знающей азы хозяйке, что еще и как можно сделать из овощей.

Рецепты в книге рассчитаны в основном на 3—4 порции. Если вам попадутся рецепты, в которых не указан количественный состав продуктов, значит, он может быть произвольным, по вкусу.

К сожалению, многие дорогостоящие компоненты, а к ним теперь относятся и масло, и сыр, и сметана (о мясе здесь речи нет), могут быть заменены лишь менее жирными, а значит, и менее дорогими продуктами того же названия. Именно по этой причине в большой части рецептов намеренно не указано, какое масло, а вернее было бы сказать жир, используется для тепловой обработки. В каждом конкретном случае многое будет зависеть не столько от нашего вкуса, сколько от наших возможностей. Пришла пора экономить сливочное масло, которое мы с таким расточительством, бывало, выкладывали на наши сковородки, часто в ущерб своему здоровью. Теперь мы, не задумываясь, заменяем его маргарином, кулинарным жиром, салом, растительным маслом. Был бы выбор!

В конце книги дана таблица массы и меры продуктов, пользуясь которой, можно легко перевести объемные меры (стаканы, ложки) в весовые (литры, граммы) и наоборот — кому что удобнее.

Желаем всем, кто воспользуется этой книгой, интересных открытий — на радость себе и домочадцам.

Картофель. Рецепты картофельных блюд и изделий

Форшмак из сельди и картофеля

400 г отварного картофеля, 100 г сельди, 100 г лука репчатого, 50 г пшеничного хлеба (без корок), 50 г молока, 20 г подсолнечного масла, 1 сваренное вкрутую яйцо, зелень петрушки, майонез.

Очищенный отварной картофель, хлеб, замоченный в молоке, сельдь, лук репчатый пропустить через мясорубку. В полученную массу добавить подсолнечное масло, всыпать зелень, перемешать. Массу уложить на селедочницу, придав ей форму рыбы, смазать майонезом, нанести узор в виде чешуи и обсыпать рубленым яйцом и зеленью.

Картофель печеный, фаршированный жареным луком

10 средних картофелин, 3 ст. ложки масла, 1 луковица, соль.

Картофель очистить, положить на противень, посыпанный солью, запечь в духовке на тихом огне, не доводя до готовности. Срезать с каждого верхушку, выскоблить мякиш настолько, чтобы дно и стенки картофеля могли удержать фарш. Мякиш картофеля размять, облить растопленным маслом, смешать с мелко нарезанным поджаренным в масле луком. Нафаршировать картофель этой смесью, покрыть срезанными верхушками. Запечь в духовке до готовности.

Каша пуховая картофельная

800 г картофеля, 0,6 л молока, соль, 20 г сахара, щепотка корицы.

Картофель очистить, сварить в подсоленной воде, тщательно протереть через сито на тарелку. К картофельной каше подать горячее молоко с сахаром и корицей.



Картофель в молоке

6 картофелин, 1 стакан молока, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка пшеничной муки, соль, зелень.

Сырой картофель нарезать кубиками, ошпарить, положить в сотейник, залить горячим молоком, посолить и варить. Готовый картофель заправить сливочным маслом, подать, посыпав зеленью петрушки или укропом.

Вариант. Вареные клубни картофеля нарезать кубиками, залить молоком и довести до кипения. Положить сливочное масло, смешанное с мукой, соль и прокипятить. Подавать, посыпав зеленью.

Картофель отварной с орехами

500 г картофеля, 1 луковица, 1/4 стакана очищенных грецких орехов, 2 дольки чеснока, 2 веточки кинзы, зелень петрушки или укроп, фруктовый уксус, стручковый перец, соль.

Хорошо промытый картофель сварить в мундире, очистить и нарезать кубиками. Очищенные грецкие орехи, чеснок, стручковый перец и зелень кинзы истолочь с солью. Добавить по вкусу

фруктовый уксус и мелко нарезанный репчатый лук, перемешать с нарезанным кубиками картофелем, уложить горкой на тарелку и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Овощное пюре по-шотландски

500 г картофельного шоре, 500 г отваренной капусты, 5 ст. ложек сливок, соль, молотый перец.

Смешать картофельное пюре с капустой и сливками, посолить и поперчить.

Картофель с луком по-французски

750 г картофеля, 3 крупные луковицы, 3 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 3 ст. ложки муки, 1,5 стакана мясного бульона, молотый перец, немного соли и побольше мелко нарезанной зелени петрушки.

Лук нарезать некрупными кольцами и слегка обжарить в масле. Добавить муку, мясной бульон и приготовить довольно густой соус. Картофель отварить в мундире, еще в теплом виде очистить, нарезать дольками и смешать с соусом. Сильно поперчить и посолить и оставить на небольшом огне на 5 мин. Прибавить как можно больше зелени петрушки и подать к столу в горячем виде.

Картофель по-перуански

500 г картофеля, 125 г плавленого сыра, 1 ст. ложка расти -тельного масла, 1/2 стакана молока, 2—3 ст. ложки 10%- ных сливок, 1 —2 ст. ложки сока лимона, 1/2 чайной ложки черного моло -того перца, 1 небольшая луковица.

Плавленый сыр, растительное масло, молоко и сливки смешать и хорошо растереть, чтобы получилась однородная масса. Смесь слегка подогреть, затем добавить в массу лимонный сок и сильно поперчить ее. Сварить картофель в мундире, очистить, разрезать пополам и полить приготовленным соусом. Подать с зеленым салатом.

Картофель по-гватемальски

4 молодые картофелины, жир для жарения, 4 почки гвоздики, красный молотый перец.

Отварить картофелины одинаковой величины, очистить и обжарить в большом количестве растительного масла до золотисто-желтого цвета (картофель должен кипеть в масле). Осторожно вынуть, в каждую картофелину воткнуть почку гвоздики и слегка посыпать красным перцем.

Картофель, тушенный с морковью, помидорами и луком

8—10 картофелин, 2 помидора, 2 моркови, 2 луковицы, 3 ст. ложки растительного масла, 200 г майонеза, соль, специи, зелень.

Картофель нарезать крупными кубиками, обсушить и обжарить на растительном масле до образования румяной корочки. Затем в подготовленный картофель добавить пассерованный кольцами лук, кружочки моркови, соль, специи, залить горячим бульоном и тушить под крышкой до готовности. В конце тушения добавить свежие помидоры, зелень петрушки или укроп. При подаче полить картофель майонезом.



Картофель, тушенный в сметане

Очищенный картофель нарезать соломкой, поместить в смазанную жиром огнеупорную емкость, посыпать солью, полить сметаной, закрыть крышкой и тушить до готовности. Посыпать картофель тертым сыром, молотыми сухарями, подсушить в духовке до образования румяной корочки.

Тушанка простая (белорусская кухня)

1 кг картофеля, 50 г сала, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1 ст. ложка зелени укропа, 1 луковица, 1/2 стакана воды.

Очищенный картофель нарезать брусками или крупными кубиками, быстро обжарить на сильном огне на широкой сковороде, смазанной салом, часто переворачивая. Как только на картофеле образуется золотистая корочка, еще полусырой картофель сложить в кастрюлю, засыпать мелко нарезанной зеленью, луком и остатками сала, посолить, влить кипяток, закрыть крышкой и поставить в нагретую духовку примерно на 15 мин.

Готовую тушанку едят с огурцами (свежими или солеными), квашеной капустой.

Картофель жареный, запеченный с яйцами, сметаной и зеленым луком

1,2—1,5 кг картофеля, 3—4 ст. ложки масла, 4—5 яиц, 4—5 ст. ложек сметаны, 1 головка зеленого лука с перьями, соль.

Сваренный в кожуре картофель остудить, очистить, нарезать тонкими ломтиками, положить на хорошо разогретую с жиром сковороду, обжарить до образования румяной корочки, разровнять, залить яйцами, смешанными со сметаной и солью, и запечь в духовке. При подаче полить маслом и посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Картофель обжаренный, сваренный с помидорами

1 кг картофеля, 50 г свиного сала, 2 очищенных от зерен помидора, 1 лавровый лист, 1 свежий огурец, соль, перец.

Слегка обжарить нарезанный ломтиками картофель и помидоры в свином сале. Добавить соль, перец, лавровый лист. Залить водой так, чтобы покрыть картофель, и варить на сильном огне до готовности. При подаче посыпать мелко нарезанным свежим огурцом.

Картофельная соломка, жаренная на сковороде

1 — 1,2 кг картофеля, 100 г жира, соль.

Очищенный картофель нарезать тонкой соломкой, положить слоем не более 1,5 см на хорошо разогретую с жиром сковороду, посолить и поджарить на несильном огне до образования румяной корочки.

Затем широкой лопаткой снять поджаренные снизу пласты картофеля и, осторожно опрокинуть опять на сковороду так, чтобы он лег на нее неподжаренной стороной. Жарить до образования корочки, после чего поставить на 3—5 мин в хорошо нагретую духовку.

Картофельная соломка, жаренная с уксусом

10 средних картофелин, 1/2 чайной ложки душистого черного перца горошком, 1 чайная ложка уксуса, 1 стакан подсолнечного масла, 1/2 чайной ложки соли,

Картофель очистить и промыть, нарезать тонкой соломкой, положить на 10 мин в холодную воду. Нагреть масло до 180^0 С и бросить в него зерна душистого черного перца. Когда почувствуется аромат перца, вынуть зерна (повторно их использовать нельзя). Опустить в раскаленное масло картофельную соломку и жарить, хорошо перемешивая, на сильном огне 1—2 мин. Соломка должна стать почти прозрачной. Посолить, влить уксус за минуту до окончания обжаривания.

Картофель, жаренный с салатом

1 кг картофеля, 300 г свежего зеленого салата, 1 ст. ложка крахмала, 1 г молотого имбиря, 1 головка чеснока, соль, 2 ст. ложки растительного масла.

Почистить картофель и нарезать маленькими кубиками. Промыть листья салата и мелко нашинковать. Масло перекалить, обжарить в нем кубики картофеля в течение 2—3 мин на сильном огне и вынуть. Нагреть в другой сковороде масло (или же добавить

в эту сковороду и также нагреть), положить имбирь и чеснок. Когда почувствуется аромат, опустить одновременно кубики картофеля и нашинкованный салат и жарить, тщательно перемешивая. Добавить соль, разведенный в небольшом количестве холодной воды крахмал — и через 1—2 мин блюдо готово.

Таким же способом можно приготовить морковь или огурцы.

Картофель, жаренный по-польски

500 г картофеля, 2 крупные луковицы, масло.

Отварить вымытые клубни картофеля в подсоленном кипятке, очистить, нарезать ломтиками. Нашинковать лук, всыпать в широкий котелок, слегка подрумянить в масле. Туда же всыпать картофель. Жарить в масле на слабом огне, часто перемешивая.

Картофель вздутый, жаренный в жире

1 кг картофеля, 100 г жира для фритюра, соль.

Крупный картофель очистить так, чтобы получился клубень цилиндрической формы. Нарезать картофель на кружочки толщиной 4 мм, промыть и тщательно обсушить. Затем нагреть жир до 130—

140° С, погрузить в него картофель и жарить так, чтобы не успела образоваться румяная корочка. Одновременно в другой посуде нагреть жир до 180° С, небольшими частями переносить шумовкой картофель и быстро обжаривать. При этом картофель вздувается. Готовый картофель вынуть из жира шумовкой, посыпать солью.

Жареный картофель в омлете

1 кг картофеля, 3 яйца, 1 стакан молока, 3 ст. ложки маргарина, щепоть тмина, соль.

Очищенный картофель сварить в подсоленной воде, добавив за 10 мин до готовности тмин. Сваренный картофель нарезать ломтиками и обжарить на маргарине. Яйца отбить в кастрюлю, добавить молоко и соль, хорошо размешать. Зажаренный картофель залить яйцами и запечь.

Картофель, обжаренный в сахаре (китайская кухня)

1 кг картофеля, 250 г сахара, 1 стакан воды, 1 л растительного или свиного сала для фритюра.

Картофель очистить, нарезать брусочками длиной 3 см, толщиной 1 см и обжарить во фритюре до образования корочки.

Одновременно с этим на соседней конфорке приготовить сахарный сироп в сотейнике (широкой и низкой кастрюльке), снять пену с сиропа, довести его до «толстой нитки» (так стекает с ложки) и переложить в него картофель сразу же после обжаривания во фритюре, быстро перемешать шумовкой или деревянной ложкой так, чтобы картофель не крошился, и через 1 —1,5 мин вынуть из сиропа и подать.

• Это блюдо может быть самостоятельным или промежуточным между вторым блюдом и десертом.

Картофельные палочки, обжаренные с сыром

1 кг картофеля, 50 г жира, 50 г сыра, соль.

Сырой очищенный картофель промыть, залить холодной водой так, чтобы картофель был покрыт ею на 10—15 см, на слабом огне довести до кипения и варить, не допуская бурного кипения, 7—8 мин. Сваренный таким образом картофель должен иметь одинаковый цвет. Если на разрезе видно белое пятно сырой мякоти, нужно варить еще. Затем нарезать картофель длинными палочками (3—4 мм толщиной), обсыпать тертым сыром и высушить, после чего жарить во фритюре до появления золотистой корочки.

• Обсыпав палочки крупной солью, их можно подать как закуску.

Картофель-сюрприз (французская кухня)

500 г картофеля, 50 г сливочного масла, растительное масло для фритюра. Для теста: 125 г воды, 125 г муки, 20 г сахарной пудры, 100 г сливочного масла, 4 яйца, щепотка соли.

Приготовить картофельное пюре, смешав его со сливочным маслом. Посолить, поперчить. Приготовить тесто: нагреть воду, добавить соль, сахарную пудру и сливочное масло; в момент закипания всыпать всю муку сразу, дать подсохнуть на слабом огне, непрерывно помешивая. Тесто должно не свариться, а образовать комок, не липнущий к кастрюле. Сняв тесто с огня, ввести в него по одному яйца.

Смешать готовое пюре с тестом, раскатать массу слоем толщиной 1 см на противне, смазанном сливочном маслом. Остудить. Вырезать маленькие кружочки и обжарить в кипящем растительном масле.

Картофельно-луковое пюре (французская кухня)

600 г картофеля, 500 г репчатого лука, немного молока, 1—2 ст. ложки сливочного масла, 4 желтка, соль, молотый перец, щепотка мускатного ореха.

Очистить картофель и лук и отварить в слегка подсоленной воде. Много воды не наливать. Как только картофель и лук станут мягкими, воду слить, овощи растолочь, добавить масло и молоко и хорошенько взбить все. Приправить солью и перцем и добавить щепотку мускатного ореха. Перед подачей на стол прибавить желтки и осторожно перемешать. Подать в горячем виде.

Картофель с мятой по-алжирски

1 кг картофеля, пучок мяты, 1 головка чеснока, 4 ст. ложки растительного масла, 1 кофейная ложка соли, щепоть черного перца, стручок острого перца или 1 кофейная ложка аджики, 1 кофейная ложка молотого сладкого красного перца, 1 яйцо.

Очищенный и нарезанный картофель положить в кастрюлю. Растолочь вместе чеснок, стручок острого перца (или аджику), соль, черный перец, растительное масло, молотый красный перец и выложить эту смесь на картофель. Налить 1 л воды, довести до кипения и тушить картофель на слабом огне.

Отобрать наиболее нежные листики и стебельки мяты, помыть их и положить в картофель. Тушить на слабом огне 20 мин.

Разбить в миску яйцо, добавить 3—4 ст. ложки картофельного отвара, хорошо взбить и вылить на картофель. Осторожно повращать кастрюлю так, чтобы подлива окутала весь картофель, и снять с огня.



Фитонцидный картофель

600 г картофеля, 3 ст. ложки топленого масла, 1 /2 головки чеснока, 4 ст. ложки молока, соль.

Разрезать очищенный картофель на 4—6 частей. Мелко нарубить чеснок. В небольшой алюминиевой кастрюле растопить масло, положить чеснок, сверху — мокрый картофель, слегка посолить и закрыть крышкой. Через 5 мин нагрева хорошо перемешать картофель и досолить по вкусу. На 10-й мин еще раз перемешать, на 12-й мин полить молоком, а на 15-й мин подать.

• Это блюдо можно приготовить также с луком вместо чеснока. Лук можно нашинковать крупнее, его потребуется чуть больше — 2 головки.

Колбаска картофельная жареная

300 г картофеля, 1 городская булка, 1 стакан молоки, 1 яйцо, 50 г муки, масло.

Срезать с булки толстую корку, разломать ее, залить горячим молоком, дать остыть, протереть через сито. Отварить в подсоленном кипятке очищенный картофель, протереть, добавить 1 ст. ложку распущенного масла, булку с молоком, яйцо, муку. Посолить, размешать. Посыпать доску мукой, раскатать приготовленную массу в колбаску, обвалять в муке, обжарить в масле.

Крокеты картофельные

500 г картофеля, 2 ст. ложки муки, 1 ст. ложка масла, 2 яичных желтка, 1 белок, 3 ст. ложки сухарей, соль, перец, зелень петрушки, жир или растительное масло для фритюра.

Очищенный картофель отварить и, слив воду, подсушить. Горячим протереть через сито или пропустить через мясорубку. Добавить в картофель топленое сливочное масло, яичные желтки, специи, мелко нарезанную зелень петрушки, муку и слегка перемешать, не взбивая. Из полученной массы сформовать колбаски или просто шарики, запанировать в муке, затем смочить во взбитом белке и вновь запанировать в слухарях. Подготовленные крокеты опустить в разогретое растительное масло или жир и жарить до появления румяной корочки.

Котлеты картофельные с соусом из лука-порея

700—800 г картофеля, 1 яйцо, 4 чайные ложки муки или молотых сухарей, 2,5 ст. ложки сливочного масла. Для соуса: 1/2 стебля лука - порея, 1/4 стакана разбавленного столового уксуса, 1 яичный желток, маленький зубчик чеснока, 1 ст. ложка масла, соль, сахар.

Сваренный картофель обсушить, растолочь, перемешать с яйцом. Сформовать котлеты, обвалять их в молотых сухарях или муке и обжарить с маслом. Подать под соусом.

Приготовление соуса.

Белую часть лука-порея измельчить, добавить уксус, отварить, добавить желток. Кастрюльку поместить в горячую воду и, взбивая содержимое, добавить частями масло. Заправить измельченным чесноком, солью и сахаром по вкусу.

Котлеты картофельные с брынзой

300 г картофеля, 80 г брынзы, 30 г риса, 3 яйца (2 сваренных вкрутую, 1 сырое), 40 г измельченной петрушки, 30 г муки, сок 1/4 лимона, жир для жарения, молотые сухари.

Сырой картофель вымыть, отварить в мундире (лучше на пару), очистить, остудить и холодным натереть на терке. Рис отварить до неполной готовности, смешать с картофелем. Добавить натертую брынзу, сваренные вкрутую и мелко нарезанные яйца, можно также добавить мелко нарезанную зелень петрушки, немного сока лимона. Из полученной массы сформовать котлеты, обвалять в муке, окунуть во взбитое яйцо, запанировать в молотых сухарях. Уложить на раскаленную сковороду с небольшим количеством жира и обжарить с обеих сторон.

Котлеты из картофеля и шпината

400 г картофеля, 400 г шпината, 4 яйца, 3 ст. ложки молотых сухарей, 3—4 ст. ложки топленого масла, соль, молотый перец.

Освободить шпинат от жилок, промыть и пропустить через мясорубку вместе с сырым картофелем, добавить сырые яйца, посолить, поперчить, перемешать с молотыми сухарями. Сформовать котлеты и поджарить на топленом масле.

Котлеты из картофеля и квашеной капусты

500 г картофеля, 400 г квашеной капусты, 2—3 луковицы, 1 яйцо, 2 ст. ложки у/сира, 100 г толченых сухарей, молотый перец, соль.

Картофель отварить в мундире и, пока не остыл, очистить и пропустить через мясорубку или протереть через сито. Добавить квашеную капусту, обжаренный репчатый лук, яйцо, соль и перец. Из смеси сформовать котлеты, обвалять в сухарях и жарить на разогретом жире с обеих сторон до образования румяной корочки.



Котлеты картофельные с яблоками

1 кг картофеля, 200 г яблок, 30 г масла, 2 яйца, 50 г муки, 60 г толченых сухарей, 80 г жира для жарения, сода, соль.

Сварить в подсоленном кипятке картофель в мундире. Остудить, очистить от кожицы, протереть или пропустить через мясорубку (можно растереть), смешать с желтками и взбитыми в пену белками, маслом, мукой, содой (на кончике ножа) и натертыми на крупной терке яблоками, посолить. Приготовить небольшие овальные котлеты, обвалять в сухарях. Жарить на сильно разогретом жире до образования светло-золотистой корочки. При подаче можно украсить зеленью петрушки или листочками салата.

Сырники с картофелем

2 средние картофелины, 200 г творога, 2 яйца, 2 ст. ложки муки, 4 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки топленого масла или кулинарного жира, соль.

Отваренный картофель протереть вместе с творогом через сито, добавить сырые яйца, соль, пшеничную муку, хорошо перемешать. Из полученной массы сформовать сырники, обвалять их в муке и обжарить на хорошо разогретом масле. Подавать со сметаной.

Оладьи картофельные дрожжевые

500 г картофеля, 1/2 стакана муки, 25 г дрожжей, 2 ст. ложки масла, соль.

Очищенный сырой картофель быстро, пока не потемнел, натереть на терке, положить в кастрюлю или миску, добавить дрожжи, разведенные в 1/4 стакана теплой воды, посолить, всыпать муку (можно добавить 1 яйцо). Все хорошо перемешать и поставить в теплое место для подъема. Выпекать оладьи на сильно разогретой с маслом сковороде. Подавать горячими со сметаной или маслом.

Сырные шарики с картофелем

8 вареных картофелин, 15 0 г сливочного масла, 1 стакан пшеничной муки, 4 яйца, 2/3 стакана тертого сыра, соль, молотый перец, жир для жарения.

Масло взбить, добавить размятый картофель, муку, сыр, яйца, соль, перец. Из хорошо вымешанной массы сформовать шарики, обвалять в сухарях и обжарить в кипящем жире.

Пончики картофельные

Для теста: 140 г протертого через сито картофеля, 70 г сливочного масла, 170 г муки, 15 г дрожжей, разведенных в молоке. Для начинки: 140 г мелко нарезанной колбасы или ветчины, 1 яичный желток, сметана.

Приготовленное тесто поставить в теплое место и дать подняться. Подошедшее тесто разделить на две части и раскатать на доске. На первый пласт положить маленькими шариками начинку. Вторым пластом покрыть первый и формочкой нарезать кружочки или квадратики. Вилкой прижать края теста. Жарить в кипящем растительном масле, как обычные пончики.

Клецки картофельные под соусом из фруктового пюре

600 г картофеля, 1 яйцо, 100 г манной крупы, 100 г муки, соль. Для соуса: 1 стакан фруктового пюре, 1/2 стакана молока, натерный хрен, соль, сахар.

Отварной картофель горячим протереть, добавить соль и взбитое яйцо. На дощечку насыпать муку, манку, выложить картофельную массу, замесить все, сформовать рулет, разрезать на кусочки. В

кипящую подсоленную воду опустить кусочки теста (рулета) и варить примерно 5 мин. Вынуть шумовкой и полить приготовленным соусом.

Приготовление соуса. Из мелко нарезанных яблок и слив (можно только из яблок) приготовить пюре, смешать с молоком, добавить по вкусу хрен, соль и сахар.

Клецки из картофельного теста

1,5 кг картофеля, 450 г муки, 3яйца, 1 луковица, 2 ст. ложки растительного масла, соль.

Вымытый картофель отварить в соленой воде до готовности, очистить и пропустить через мясорубку, добавить муку, яйца, соль, поджаренный до золотистого цвета лук. Замесить тесто, подогреть, размешивая, на огне до загустения. Слегка охладить и затем разделать тесто на доске, посыпанной мукой, на валики толщиной 3 см. Разрезать валики на кружочки, обвалять в муке, слегка прижимая пальцами. Нарезанное тесто опускать небольшими порциями в кипящую воду. Когда клецки сварятся, сложить их шумовкой в дуршлаг, облить горячей водой и сразу же подать. Отдельно подать соус.

Кнедлики картофельные

800 г отварного картофеля, соль, 1/2 стакана пшеничной муки, 1/2 стакана манной крупы, 1 яйцо, мускатный орех.

Горячий отварной картофель размять или пропустить через мясорубку. Если клубни остыли, натереть их на терке. В массу вбить целое яйцо, а еще лучше 2 желтка, добавить соль, мускатный орех, муку, манку.

Из приготовленной массы сформовать круглые или продолговатые клецки, величиной с яйцо, опустить их в слегка подсоленную кипящую воду, варить при слабом кипении. Когда они всплывут, вынуть шумовкой, полить маслом.

Пампушки картофельные

1 кг картофеля, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 3 ст. ложки муки, соль, жир или растительное масло для обжаривания (примерно 200 г).

Вымытый картофель в мундире отварить в подсоленной воде, очистить, растолочь, чтобы не было комочков, или протереть через сито. В полученную массу ввести яйца, сметану, муку, соль по вкусу, размешать до образования негустого теста. В невысокую толстостенную кастрюлю (сотейник) положить жир или масло и на умеренном огне прокалить его. Столовой ложкой, окуная ее в горячий жир, брать картофельное тесто и опускать в прокаленное масло. Держать примерно 1 мин на одной стороне, перевернуть, чтобы обе стороны пампушек хорошо зарумянились. Вынуть шумовкой и подать горячими.

Цепелинай с творогом (литовская кухня)

1—1,3 кг картофеля, 2—3 яйца, 100—125 г картофельного крахмала, 300 г творога, соль, сахар, сметана, масло.

Сваренный в кожуре картофель очистить в горячем виде и, не охлаждая, пропустить через мясорубку. Хорошо перемешать картофельную массу с крахмалом, яйцами, солью и сформовать из этой массы лепешки. На середину каждой лепешки положить творог, смешанный с яйцом, солью,

сахаром. Соединить края лепешек, придавая изделию округлую форму, положить в подсоленную кипящую воду и варить с момента закипания 10—12 мин. При подаче полить сметаной и маслом.

Виртиняй (литовская кухня)

8 картофелин, 100 г свиного сала, 1/2 стакана сметаны, 2 луковицы, 5 горошин черного перца (смолоть). Для теста: 1 стакан муки, 1 яйцо, 2 желтка, соль.

Для приготовления теста вода не используется совершенно. Вместо нее можно использовать луковый сок, если тесто слишком крутое. Тесто раскатать в пласт толщиной до 1 мм, нарезать его квадратами 6*6 см. Приготовить начинку: сырой картофель натереть, тщательно отжать, перемешать с поджаренным луком и мелко нарезанным салом, посолить, поперчить. Положить начинку на середину квадратиков теста, углы соединить, края защипать. Отварить виртиняй в подсоленной воде (более 10 мин), подать в соусе из распущенного сала, шкварок и сметаны.

Вареники с картофелем

Для теста: 350 г муки, 1 яйцо, 1,25 стакана воды. Для фарша: 1 кг картофеля, 4 ст. ложки подсолнечного масла, 1 луковица, 1 чайная ложка мелко нарезанной зелени, молотый перец, соль.

Приготовленное тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать выемкой кружочки, на каждый кружочек положить по 1 чайной ложке остуженной начинки, защипать края вареников, а затем вилкой прижать края соединенного теста, чтобы при варке они не разошлись и начинка не выпала.

В подсоленную кипящую воду опускать вареники небольшими порциями, чтобы они могли свободно плавать. Когда все вареники всплывут наверх, дать им еще покипеть на небольшом огне 5—7 мин. Затем вынуть шумовкой из воды в дуршлаг, облить горячей водой и, когда вода стечет, сложить в миску. К вареникам подать подсоленную простоквашу.

Приготовление фарша. Очищенный картофель посолить, залить водой, отварить до готовности и горячим пропустить через мясорубку. Лук мелко нарезать, посолить и поджарить на всем количества масла до золотистого цвета, поперчить и хорошо перемешать с картофельной массой, добавив зелень.

Приготовление теста для вареников. Воду, соль и яйцо размешать в миске, всыпать всю муку, замесить тесто, выложить на доску, подпыленную мукой, размять его до однородного гладкого состояния.

Вареники с картофелем и творогом

800 г картофеля, 200 г творога, 1 луковица, 1ст. ложка жира, молотый перец, соль. Для 500 г теста: 3 стакана муки 2/3 стакана воды, 3 яйца, 1/2 чайной ложки соли.

Картофель сварить в мундире, очистить, пропустить вместе с творогом через мясорубку, добавить пассерованный лук, соль, перец, перемешать. Из указанных компонентов приготовить тесто, тонко раскатать, вырезать стаканом кружки диаметром 6 см, на середину кружков положить фарш, защипать края. В большой неглубокой кастрюле вскипятить воду, посолить и закладывать в кипящую воду вареники небольшими порциями. Варить в закрытой посуде. Вынуть вареники шумовкой на дуршлаг, облить горячей водой; когда вода стечет, выложить на разогретое блюдо. Полить распущенным маслом (50 г).

Вареники картофельные с капустой

7 кг картофеля, 250 г капусты, 1/2 стакана муки, 2 яйца, соль.

Картофель очистить, сварить, горячим пропустить через мясорубку и охладить. Затем ввести в него муку, яйца, соль. Из полученного теста вырезать лепешки, на них положить капустную начинку, края лепешек смазать сырым белком, чтобы лучше слиплись, и соединить их. Вареники отварить в соленом кипятке, вынуть шумовкой и подать к столу с растопленным маслом и сметаной.

Для начинки картофельных вареников подходит свежая или квашеная капуста. Свежую капусту порубить, бланшировать, слегка обжарить, посыпав солью и сахаром. Квашеную капусту мелко порубить.

Яичница с картофельным пюре

500 г картофеля, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана молока, 1 стакан тертого сыра, 6 яиц, соль.

Очищенный картофель сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, протереть через сито, добавить немного сливочного масла, соли и вымешать, постепенно прибавляя горячее молоко. Пюре средней густоты выложить на сковороду, смазанную маслом, поверхность разровнять, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовке до образования румяной корочки. На поверхности запеченного картофеля ложкой сделать углубления по числу взятых яиц и выпустить в каждое углубление сырое целое яйцо, посолить, после чего снова поставить сковороду на 3 мин в горячую духовку. Яичницу подать на стол на сковороде.

Картофель сушеный

Картофель очистить, сварить в подсоленной воде, откинуть на сито, нарезать ломтиками, положить на противень и поставить в теплую духовку, оставив дверцы приоткрытыми в течение 10—15 мин (для выхода пара). Через 10—15 мин картофель перевернуть и затем досушить.

• Можно сушить и пропущенный через мясорубку сваренный картофель, распределив его тонким слоем на противне.

Рагоуляй (литовская кухня)

75 сырых и 2 вареные картофелины, 6 ст. ложек гречневой муки, 25 г дрожжей и 2 ст. ложки воды, 100 г свиного сала, 3 луковицы, соль.

Из вареного картофеля сделать пюре, добавить дрожжи, разведенные теплой водой, муку (1 ст. ложку) и поставить в теплое место на закваску. Сырой картофель натереть, сок отжать, добавить муку (4 ст. ложки) и приготовленную закваску, после чего поставить на 8 ч в теплое место. Затем слить образовавшуюся жидкость, добавить соль, оставшуюся муку и выложить массу слоем 3 см на противень, смазанный салом. Запечь в духовке в течение 30 мин.

Запеканка из картофеля и зеленого горошка

5 картофелин, 1/4 стакана консервированного зеленого горошка, 1 луковица, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 1/4 стакана сметаны, соль.

Очищенный горячий вареный картофель, консервированный зеленый горошек и слегка поджаренный лук пропустить через мясорубку с мелкой решеткой. Массу посолить, добавить сырое

яйцо, перемешать, выложить ровным слоем (не более 4 см) на смазанный маслом противень, поверхность разровнять, смазать яйцом, смешанным со сметаной. Запекать в духовке до образования румяной корочки. При подаче полить сметаной.

Картофель, запеченный с яйцом и помидорами

1 кг картофеля, 3—4 луковицы, 3—4 свежих помидора, 100 г сливочного масла, маргарина или растительного масла, 4 яйца, соль.

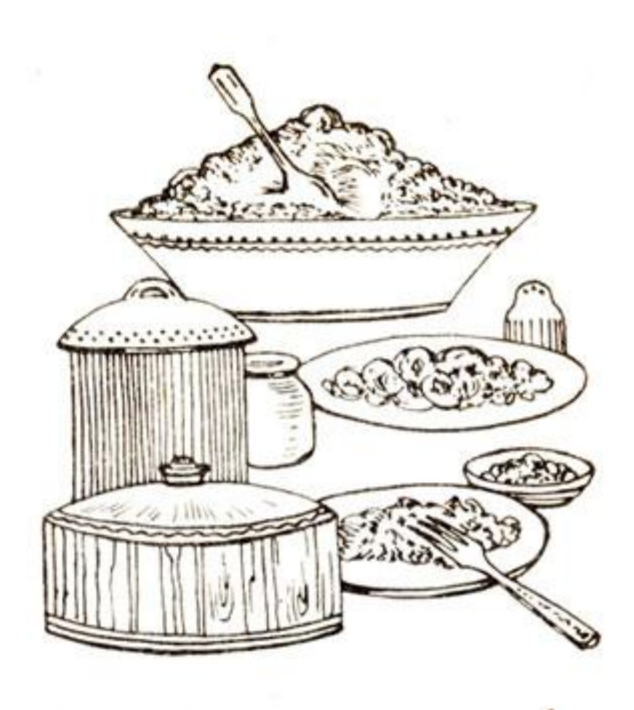
Сырой нарезанный кубиками картофель или предварительно сваренный охлажденный картофель, нарезанный ломтиками, посолить и обжарить до готовности. Мелко нарезанный репчатый лук пассеровать до полуготовности, добавить очищенные от кожицы и нарезанные дольками свежие помидоры и продолжать пассеровать до готовности. Пассерованные лук и помидоры посолить, смешать с готовым картофелем, разложить все ровным слоем на смазанный жиром противень (можно на сковороду), залить взбитыми подсоленными яйцами и запечь в духовке.

• Запекать картофель желательно не раньше чем за 20—30 мин до подачи. При подаче полить картофель маслом и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Картофельное пюре запеченное

1 кг картофеля, 180—200 г молока, 2—3 ст. ложки масла для пюре, 1 яйцо, 2 ст. ложки сметаны, соль, масло для поливки.

Приготовить картофельное пюре, положить на смазанную жиром сковороду, поверхность разровнять, смазать смесью яйца со сметаной, большой вилкой нанести узор в виде волнообразных линий, запечь в духовке. При подаче полить маслом.



Картофельная запеканка с пшеном и морковью

8—10 картофелин, 100 г пшена, 2 моркови, 2 яйца, 1 ст. ложка жира, 2 ст. ложки панировочных сухарей, соль, 4 ст. ложки сметаны или 2 ст. ложки масла.

Картофель вымывать, в подсоленной воде, отвар слить. Горячий картофель пропустить через мясорубку. Перебранное и промытое пшено опустить в кипящую воду и проварить 10 мин, после чего воду слить. Очищенную морковь нарезать кубиками и отварить. В подготовленное картофельное пюре добавить пшено, морковь, яйцо, масло, соль. Все вымешать и выложить на противень, смазанный жиром и посыпанный сухарями. Поверхность выровнять, смазать сметаной, смешанной с яйцом. Запечь в духовке. Подать с маслом или сметаной.

Картофлянки

8—10 картофелин, 4 ст. ложки муки, 2 яйца, 4 ст. ложки сливочного масла, 4 ст. ложки сметаны, 1 луковица, соль, молотый перец.

Картофель вымыть, сварить в кожуре, очистить и протереть. В подготовленную массу добавить муку, масло, яйца, перец, соль и хорошо вымешать. Из массы сформовать ромбики, шарики, кубики весом 15—20 г. Подготовленные фигурки положить на противень и запечь в духовке. Полить сметаной или маслом, посыпать пассерованным репчатым луком и припустить 5—7 мин. При подаче посыпать зеленью.

Картофельная запеканка с творогом

1 кг картофеля, 250—300 г творога, 1—2 яйца, 1/2 ст. ложки молотых сухарей, 3 ст. ложки масла, 1 ст. ложка сметаны, 30—50 г сыра, соль.

Очищенный картофель сварить в подсоленной воде до готовности, отделить от отвара и в горячем виде пропустить через мясорубку. Творог протереть или пропустить через мясорубку, соединить с картофелем, добавить яйца, соль и все хорошо перемешать. Готовую массу выложить на смазанный жиром и посыпанный молотыми сухарями противень (или на сковороду), смазать поверхность сметаной, посыпать тертым сыром. Запечь в духовке. При подаче полить маслом.

Запеканка из картофеля по-фламандски

2 кг картофеля, 1 кг репчатого лука, 125 г сливочного масла, 500 г сметают, 300 г светлого пика, 100 г тертого сыра, соль, молотый перец, мускатный орех.

Тонко нарезанный лук обжарить на слабом огне на половине количества сливочного масла до золотистой окраски. Очищенный картофель нарезать тонкими ломтиками, залить частью сметаны и половиной пива, перемешать с тертым сыром и заправить солью, перцем и мускатным орехом. В огнеупорную форму положить 1/3 картофеля, затем половину лука и так продолжать укладывать слоями. Последний слой должен быть картофельный. Залить все сметаной и пивом. Сверху положить несколько кусочков сливочного масла. Поставить форму в духовку, нагретую до 220° С, на 2 ч. Когда картофель подрумянится, температуру можно снизить до 180° С.

• Такая запеканка очень хороша весной, когда старый картофель уже не так вкусен, а молодого еще нет.

Картофель-дюшес (французская кухня)

1 кг картофеля, 70 г сливочного масла, 6 яиц, мускатный орех, соль, мука.

Приготовить картофельное пюре, добавив в него соль, сливочное масло и яйца (2 яйца, целиком взбитые, и 3 желтка). Положить пюре слоем 1 см на противень. Охладить. Нарезать массу на квадратики, ромбики, треугольники, обвалять в муке, смазать яйцом и подрумянить в горячей духовке в течение 15 мин.

Тимбаль ренессанс (французская кухня)

1 кг картофеля, 125 г ветчины, 3 яйца, 100 г сметаны, 60 г сливочного масла, соль, молотый перец.

Сварить картофель в кожуре в соленой воде. Очистить, растолочь, смешать с ветчиной, нарезанной кубиками, и взбитыми яйцами, добавить сметану, слегка растопленное масло. Посолить, поперчить, все перемешать. Однородную массу выложить в смазанную сливочным маслом форму и поставить на 45 мин в нагретую духовку. Подать тимбаль очень горячим.

Картофель, запеченный по-савойски

500 г картофеля, 1 стакан молока, 2 яйца, 2—3 ст. ложки тертого сыра, молотый перец, соль, щепотка мускатного ореха.

В молоко вбить яйца и все взбить. Осторожно добавить тертый сыр, приправить солью, перцем и мускатным орехом. Очищенный сырой картофель нарезать тонкими дольками, поместить в форму и залить молоком, смешанным с яйцами и сыром. Запечь в хорошо нагретой духовке.

Картофель, запеченный по-американски

Очистить, вымыть и нарезать ломтиками картофель, положить на 30 мин в холодную воду. Потом переложить в толстостенную кастрюлю, посолить, добавить по щепотке молотого перца и натертого мускатного ореха, залить молоком, поставить в горячую духовку и запечь. Перед подачей посыпать мелко нарезанной зеленью.

• Этот способ приготовления хорош особенно в то время года, когда уже нет хорошего картофеля.

Картофель с сыром по-мексикански

6 больших картофелин, 3—4 ст. ложки сливочного масла или маргарина, соль, молотый перец, 2 яйца, 1 луковица, 1 стакан нарезанного кубиками сыра.

Картофель отварить и размять. Добавить сливочное масло (оставить 1 чайную ложку), взбитые яйца, измельченный лук и в конце — кубики сыра. Картофельное пюре посолить и сильно поперчить. Выложить в смазанную маслом форму, на поверхности разложить небольшие кусочки сливочного масла. Запекать в духовке при средней температуре 30 мин.

Картофель с сельдью по-фински

700 г картофеля, 2 яйца, 250 г свежей сельди, 1 луковица, 50 г растительного масла, 125 г молока, 1 ст. ложка муки.

Картофель очистить, нарезать ломтиками. Кастрюлю смазать жиром и положить в нее картофель. Сверху положить слой нарезанной кусками сельди. Лук мелко нарезать и посыпать им сельдь. Все это посыпать мукой и полить растительным маслом. Поставить на слабый огонь и тушить под крышкой. Молоко и яйца взбить и вылить на готовую рыбу. Поставить в духовку, прикрыть крышкой и быстро запечь.

Картофель Анна (французская кухня)

1 кг картофеля, 1/2 чайной ложки соли, 1/4 чайной ложки свежемолотого душистого перца, 4 ст. ложки сливочного масла.

Картофель очистить и нарезать тоненькими ломтиками, посолить и поперчить. Хорошо смазать маслом большую сковороду или круглую форму. Уложить дольки картофеля кольцами в несколько слоев. Каждый слой сбрызнуть растопленным сливочным маслом. Закрыть крышкой и поставить в сильно нагретую (до 200° С) духовку на 30 мин. Перевернуть, как перевертывают пироги, и подержать в духовке без крышки еще 5 мин.



Картофель, запеченный с молоком и сыром

800 г картофеля, 1 яйцо, 2 стакана молока, 6 ст. ложек тертого сыра, 4 зубчика чеснока, 3—4 ст. ложки сливочного масла, молотый перец, зелень, соль.

В отваренный до полуготовности картофель положить половину порции тертого сыра, соль, перец, перемешать, добавить яйцо, смешанное с молоком, и еще раз перемешать. Керамическую посуду натереть чесноком, смазать маслом, выложить в нее картофельную массу, посыпать оставшимся сыром, сбрызнуть сливочным маслом и поставить в хорошо нагретую духовку на 40—45 мин — до образования румяной корочки. При подаче посыпать зеленью.

Картофелины, запеченные с сыром

1 кг картофеля, 50 г сливочного масла, 4 ст. ложки тертого сыра, соль, молотый перец.

Картофелины (по возможности круглые, одинаковой величины) очистить и разрезать поперек на тонкие ломтики, но не до конца, чтобы они внешне казались целыми. Форму смазать маслом и поместить в нее картофелины, посыпать солью и перцем и на каждую положить кусочек масла. Сверху посыпать тертым сыром. Поставить форму в духовку со средним нагревом для запекания. Золотисто-коричневый картофель подать к столу.

Закрытый картофельный пирог с овощами

1 кг отварного картофеля, соль, 1/2 стакана пшеничной муки, 1/2 стакана манной крупы, 2 яйца, тушеная овощная смесь, мускатный орех, жир.

Горячий отварной картофель размять или пропустить через мясорубку. Если клубни вареного картофеля остыли, натереть их на терке. В массу вбить яйцо, а еще лучше 2 яичных желтка, добавить соль, мускатный орех, муку, манку. На смазанном жиром, посыпанном мукой противне раскатать половину картофельной массы, выложить на нее ровным слоем тушенные в жире (без лишней влаги)

овощи: морковь, капусту, сельдерей и др. Начинку закрыть вторым пластом картофельной массы, поверхность смазать яйцом, жиром. Выпекать в духовке в течение 30 мин.

• Подавать как самостоятельное блюдо к супам вместо хлеба.

Закрытый пирог с картофелем и брынзой

Для теста: 2 стакана пшеничной муки, 2 ст. ложки сахара, 100 г сливочногомасла илимаргарина, 6 ст. ложек сметаны, 2 яйца, 1/4 чайнойложки соды, 1/4 чайнойложки соли. Для начинки: 4 вареные картофелины, 1/2 стакана тертой брынзы, 1 луковица, 150 г сливочного масла или маргарина, 1/8 чайной ложки молотого черного перца, соль.

Приготовить несладкое тесто на соде: муку смешать с содой; сметану, сахар, соль перемешать до растворения сахара и соли. Предварительно размятое масло или маргарин сбить в посуде деревянной лопаточкой в течение 10 мин, постепенно добавляя смесь сметаны с яйцами, затем муку, и быстро, за полминуты, замесить тесто. Вместо сметаны можно добавить простаквашу, кефир или другой кисломолочный продукт. 1/4 теста раскатать в пласт (примерно 2 см толщиной) и положить на смазанный маслом противень. Вареный картофель, жареный лук, брынзу и перец пропустить через мясорубку. Начинку равномерно распределить по пласту. Из остатка теста раскатать другой пласт, которым накрыть начинку. Выпекать 30—40 мин.

Картофельные палочки запеченные

1,5 кг картофеля, 3—4 яйца, 2—3 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 1/2 ст. ложки растительного масла для смазки противня, соль.

Очищенный картофель отварить до готовности, протереть через сито или пропустить через мясорубку, добавить масло или маргарин, сырые яйца, соль, взбить до получения однородной пышной массы. Положить в кондитерский мешок или шприц с соответствующей насадкой на конце и выжать картофельную массу на смазанный растительным маслом противень в виде палочек диаметром 1 см, длиной 8—10 см. Палочки смазать яйцом и запечь в духовке.

• Отдельно к картофельным палочкам можно подать молоко, кефир, простоквашу.

Печенье картофельное

1 кг картофеля, 2 яйца, 1 ст. ложка топленого масла, соль, молотый перец.

Отваренный, просушенный картофель горячим протереть через сито, добавить яичные желтки, соль, перец, топленое масло и взбитые белки. Массу поместить в кондитерский мешок. На смазанный жиром противень отсадить порции массы продолговатой или круглой формы. Выпечь в духовке.

Картофельные пирожные (китайская кухня)

250 г вареного картофеля, 1 стакан пшеничной муки, 60 г шпика, 6 ст. ложек растительного масла, зеленый лук.

Вареный картофель размять или пропустить через мясорубку, прибавить муку, 1 стакан воды и крупно нарезанный зеленый лук. Все перемешать. Нарезать кубиками шпик. Из пюре приготовить лепешки, на каждую положить по нескольку кубиков шпика. Зажарить лепешки в сильно разогретом масле с обеих сторон до образования золотистой корочки.

Гульбишник творожный (белорусская кухня)

1 кг картофеля, 1/2 стакана творога, 1/2 стакана сметаны, 1 луковица, 1 ст. ложка укропа или 1/2 чайной ложки тмина, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1/2 чайной ложки соли.

Картофель отварить, размять в пюре. Ввести в пюре творог, предварительно смешанный и растертый со сметаной и мукой. Добавить сырой очень мелко нарезанный лук и пряности, посолить. Хорошо размешать. Выложить в сковороду и запечь.



Запеченный фаршированный картофель

6 крупных одинаковых картофелин, 1 луковица, 30 г сливочного масла, соль, молотый перец. Для соуса: 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 250 г сливок, мускатный орех.

Испечь картофель, срезать верхушку и сделать отверстие примерно до половины картофелины. Мелко нарезанный лук обжарить на сливочном масле до слегка золотистой окраски, перемешать его с вырезанной картофельной массой, добавить соль и перец, наполнить получившейся начинкой картофелины и накрыть срезанными верхушками. Положить картофель в огнеупорную форму и запечь в духовке.

• Подавать желательно с соусом.

Блинчики картофельные запеченные

4 вареные картофелины, 300 г муки, 3 стакана молока, 2 яйца 150 г тертого сыра, жир для жарения, 250 г сметаны, соль.

Пропустить горячий вареный картофель через мясорубку. Из муки, яиц, полученной картофельной массы и молока приготовить тесто, как для блинчиков из муки, и добавить соль. Жарить блинчики несколько более толстыми, чем из муки, и складывать их в смазанную сливочным маслом форму для запекания (желательно одинаковую по диаметру с блинами). Каждый блинчик пересыпать тертым сыром и полить сметаной. Затем все вместе посыпать тертым сыром, залить сметаной и запечь в духовке.

Таркованные блины (белорусская кухня)

1,5 кг картофеля, 1/3 стакана ржаной или гречневоймуки, 3—4 ст. ложки подсолнечного масла или 100 г топленого сала, сметана, менее 1/2 чайной ложки питьевой соды, соль.

Приготовленную из картофеля таркованную массу (сырой картофель, натертый на терке и используемый в приготовлении вместе с выделившимся соком) перемешать с мукой, содой, солью, дать постоять 10 мин, взбить и на разогретой, смазанной маслом сковороде выпечь блины. Сложить блины в кастрюлю с растопленным салом и сметаной и поместить на 5—7 мин в нагретую духовку.

Драники (белорусская кухня)

1,2—1,5 кг картофеля, 1 —2 ст. ложки пшеничной муки, 1/2 чайнойложки питьевой соды, 1/2 стакана растительного масла, соль.

Натертый на терке сырой картофель смешать с просеянной пшеничной мукой, добавить соль, питьевую соду, хорошо перемешать и сразу же выпекать тонкие оладьи. При подаче полить оладьи маслом или сметаной.

Оладьи картофельные (немецкая кухня)

1,5 кг картофеля, 1—2 яйца, соль, жир для жарения.

Сырой тертый картофель смешать с солью и яйцом.

Печь оладьи в горячем жире, обжаривая их до золотистой корочки с обеих сторон. Подать с сахаром и компотом.

• Если к массе тертого картофеля добавить тертый- лук, то к картофельным оладьям можно подать салат.

Шаньги картофельные

Для теста: 400—450 г пшеничной муки, по 30 г сахара и сливочного масла, 1 яйцо, 15 г дрожжей, 1 стакан молока, 1/2 чайной ложки соли. Для начинки: 600—700 г картофеля, 1/4 стакана молока, 1 яйцо, 1/2 ст. ложки сливочного масла, 3 ст. ложки сметаны, 1 —2 ст. ложки тертого сыра, соль.

Из приготовленного безопарного дрожжевого теста сформовать круглые шарики, разложить их на смазанном жиром кондитерском листе на расстоянии один от другого не менее 5—6 см, дать подойти, деревянной толкушкой сделать в каждом шарике углубление, положить в него начинку из картофеля, дать снова подойти, сбрызнуть растопленным сливочным маслом, посыпать тертым сыром и выпечь шаньги в духовке при 200—240° С. Готовые горячие шаньги смазать сметаной.

Приготовление начинки. Сваренный картофель обсушить, в горячем виде протереть, добавить горячее молоко, соль, 1 ст. ложку сметаны, сырое взбитое яйцо и все хорошо вымешать до образования однородной массы.

Картофельные лежни (украинская кухня)

6 картофелин, 4 яйца, 500 г репчатого лука, 100 г свиного сала, 1 /2 стакана квашеной капусты.

Из вареного картофеля приготовить пюре, вбить в него яйца, тщательно перемешать. Лук измельчить и обжарить на сале. Шинкованную квашеную капусту потушить и в конце тушения заправить

обжаренным луком. Половину картофельной массы выложить на доску, посыпанную мукой, разровнять и положить на нее фарш из капусты с луком, закрыть его другой половиной картофельной массы. Переложить на противень, смазанный салом, и запечь в духовке при умеренной температуре. Подавать порционными кусками со сметаной.



Суфле из картофеля

400 г картофеля, 1/2 стакана молока, 1 яйцо, 1 ст. ложка масла, соль.

Сварить очищенный картофель, протереть на терке, добавить масло, размешать. Взбить яйцо с молоком, посолить по вкусу, размешать и соединить с картофельной массой. Выложить в глубокое огнеупорное блюдо, смазанное маслом, посыпать молотыми сухарями, сбрызнуть маслом и подрумянить в духовке.

Картофель в тесте

1,5 кг сырого очищенного картофеля, 1/2 чайного стакана муки, 1 яйцо, 5 ст. ложек молока, 40 г сыра, 250 г кулинарного жира.

Нарезанный соломкой сырой картофель обсушить. Приготовить кляр: просеять пшеничную муку, смешать с яйцом, тертым сыром, развести молоком так, чтобы получить полужидкое тесто. Картофель погрузить в тесто (кляр), перемешать так, чтобы кусочки покрылись тонким слоем теста, после чего опустить их в большое количество раскаленного жира. При периодическом перемешивании жарить картофель до золотистого цвета.

Ватрушки ржаные с картофелем и луком

400 г картофеля, 2 и 1/4 стакана ржаной муки, 2,5 ст. ложки масла, 1 луковица, 20 г дрожжей, 1,25 стакана молока, 1 яйцо, соль.

Горячий сваренный в мундире картофель очистить, протереть, влить 1 ст. ложку масла, посолить, перемешать. Лук мелко нарезать, обжарить с 1/2 ст. ложки масла, смешать с картофелем. Поставить опару из 1/4 стакана ржаной муки и дрожжей, разведенных тепловатым молоком. Закрыть и дать подойти. Когда опара начнет пузыриться, влить 1 ст. ложку растопленного масла, посолить, всыпать 1/2 стакана ржаной муки и месить до тех пор, пока тесто не начнет отставать от рук; дать подняться

вторично. Приготовленное тесто тонко раскатать, вырезать лепешечки, намазать их слоем картофеля, защипать края, положить на противень, смазать яйцом. Запечь в духовке.

Ватрушки картофельные с творогом

1 кг картофеля, 100 г муки, 100 г топленого масла, 250 г творога, 3 яйца, 30 г сахара, соль.

Сваренный и обсушенный картофель протереть, добавить муку, сырое яйцо и перемешать. Приготовленную картофельную массу раскатать в пласт толщиной 1 см. Вырезать из пласта кружочки и уложить на противень, смазанный маслом. В середине каждого кружочка сделать углубление, в которое положить творог, заправленный яйцом, маслом, мукой и сахаром. Ватрушки смазать яйцом и запечь в духовке до золотистого цвета.

Ватрушки с картофельным пюре

Для теста: 400 г муки, 1 ст. ложка дрожжей, 1 стакан молока, 1 ст. ложка сахара, 50 г столового маргарина, 1 чайная ложка соли. Для фарша: 500 г картофеля, 1/2 стакана молока, 1 чайная ложка соли, 1 ст. ложка жира для смазки противня, 1/4 стакана сметаны для смазки.

Из дрожжевого теста сформовать круглые булочки массой примерно 50 г, которые после небольшой расстойки на столе раскатать в круглые лепешки диаметром 10 см, положить на противень, смазанный маслом, и через 10—15 мин широким пестиком сделать в тесте углубления, в которые выпустить картофельное пюре. Дать полную расстойку, смазать сметаной и выпекать в духовке, нагретой до 200° С.

Сосиски в картофельном тесте

800 г картофеля, 100 г манной крупы, 2 яйца, 250 г муки, 300 г сосисок, 50 г тертого острого сыра, 50 г сливочного масла, соль.

Горячий вареный картофель пропустить через мясорубку, вбить в него яйцо, всыпать манную крупу и посолить. Массу хорошо вымешать. Картофельное тесто раскатать на посыпанной мукой доске, нарезать на прямоугольники, соответствующие по длине и ширине сосискам. С сосисок снять оболочку, разложить их на подготовленные прямоугольники, защипать края теста со всех сторон. Яйцо смешать с растопленным, но не горячим маслом, смазать тесто, разложить завернутые в тесто сосиски на смазанном маслом противне, посыпать сверху острым тертым сыром, запечь в духовке.

Капуста. Рецепты капустных блюд и изделий

Белокочанная капуста

Закуска из хлеба и капусты

1 средний, кочан капусты (примерно 1 кг), 200 г мякиша хлеба, 2 крупные луковицы, 3 помидора, 2 кислых яблока, 3 яйца, 3 ст. ложки растительног о масла, 1 стакан молока, перец, уксус, соль.

Пшеничный или ржаной хлеб размочить в молоке. Из кочана капусты удалить кочерыжку, разрезать его на четыре части и сварить в подсоленной воде. Капусту остудить, отжать и вместе с размоченным хлебом, репчатым луком, помидорами, яблоками и яйцами пропустить через мясорубку. Заправить массу растительным маслом, солью, перцем, уксусом по вкусу и тщательно перемешать. Выложить на блюдо и украсить свежими помидорами и рублеными яйцами.

Капустные шарики под соусом

Кочан капусты зачистить, опустить в подсоленную кипящую воду и сварить до полуготовности. Разобрать на листья, отбить утолщенную часть, свернуть каждый лист в маленький шарик. Приготовленные шарики отжать в полотняной салфетке (каждый), уложить в сотейник, добавить масло, немного воды, в которой варился кочан, закрыть крышкой и довести до готовности. При подаче полить капустные шарики соусом по вкусу.

Капуста отварная с сыром

500 г свежей капусты, по 40 г сливочного масла и сыра, соль.

Вскипятить в скороварке воду. Положить в кипяток нарезанную квадратиками капусту, закрыть кастрюлю и варить 5 мин. Откинуть на дуршлаг, обдать холодной водой, посолить, налить

холодную воду и варить 5 мин. Затем откинуть на дуршлаг и обдать холодной водой. После этого положить под пресс, потом переложить на сковороду, посыпать тертым сыром, добавить сливочное масло и поставить на несколько минут в горячую духовку.

• Можно потушить капусту с мясным бульоном (1 стакан), добавив немного чеснока (1—2 зубчика).

•• Так же можно готовить краснокочанную капусту.

••• Сливочное масло можно заменить растительным.

Капуста отварная, поджаренная в панировке

1 кочан свежей капусты, 2 ст. ложки муки, 2 яйца, 1 стакан молотых сухарей, 40 г масла топленого, соль.

Кочан капусты разрезать на четыре части и отварить в подсоленной воде, дать стечь жидкости. Посыпать капусту му.:ой, смочить взбитыми яйцами, обвалять в сухарях и поджарить на масле. При подаче полить растопленным маслом.

Пудинг паровой с капустой и хлебом

1 кг свежей капусты, 200 г пшеничного хлеба, 1 стакан молока, 1 луковица, 4 яйца, 3 ст. ложки молотых сухарей, 2 ст. ложки масла, соль, молотый перец.

Замочить в молоке пшеничный хлеб и отжать. Капусту очистить, промыть, нарезать и варить в небольшом количестве кипящей подсоленной воды до полу готовности; откинуть на сито, отжать. Капусту, отжатый хлеб, лук пропустить через мясорубку. К полученному фаршу добавить яичные желтки и взбитые в пену белки, посолить, поперчить. Выложить в предварительно смазанную и посыпанную сухарями форму для пудинга. Форму плотно закрыть, поставить в кастрюлю с водой и варить пудинг на пару около 45 мин. Вынуть из формы, нарезать на порции. Отдельно подать растопленное сливочное масло, смешанное с подрумяненными молотыми сухарями.

Капуста отварная с тмином по-английски

1 кочан свежей капусты, 2 луковицы, 2 ст. ложки муки, 40 г жира, тмин, зелень петрушки, соль.

Листья капусты нарезать широкими полосками и отварить в подсоленной воде с тмином. Воду слить, а капусту заправить мукой, поджаренной с мелко нарезанным луком, посыпать мелко нарезанной зеленью. Подать горячей как гарнир или как закуску.



Капуста отварная по-французски

600—700 г свежей капусты, 150 г сливочного масла, 1 ст. ложка уксуса, молотый перец, соль.

Капусту сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, дать стечь воде и нарезать. Пропустить капусту через мясорубку, полученное пюре залить сильно разогретым сливочным маслом и уксусом, посолить, поперчить. Подать как самостоятельное блюдо.

Капуста, жаренная с креветками

1 кг капусты, 400 г мороженых креветок, 2 ст. ложки свиного топленого жира, соль.

Небольшой кочан капусты зачистить, промыть, разрезать пополам и нарезать соломкой 6х1 см.

Креветки промыть, обрезать усы, хвосты, хитиновый покров и обсушить на полотенце. Чтобы легче было отделить хитиновый покров от мяса, опустить креветки в сетке в перекаленный фритюр на 2 мин. Растопить свиной жир и опустить в него сначала креветки, затем капустную соломку. Обжарить на сильном огне. Когда капуста потемнеет и станет мягкой, посолить.

Подать в горячем виде.

Галушки из капусты

800 г свежей капусты, 3 яйца, 3 ст. ложки манной, крупы, 2 ст. ложки толченых сухарей, 80 г топленого масла, соль.

Капусту порезать на большие куски и отварить в подсоленной воде до мягкости. Затем откинуть на дуршлаг, отжать от сока под гнетом, пропустить через мясорубку. Перемешать капусту с растертыми желтками, солью, манной крупой. Охладить, перемешать со взбитыми белками. Чайной ложкой брать полученную массу и опускать в кастрюлю с подсоленной кипящей водой. Если галушки разваливаются, то в массу надо добавить 1 ст. ложку манной крупы. Варить галушки 15—20 мин,

отваренные откинуть на дуршлаг, остудить, положить на блюдо и полить маслом с поджаренными сухарями.

Клецки капустные

600 г свежей капусты, 1 луковица, жир, 1 яйцо, соль, молотые сухари.

Капусту потушить или отварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, остудить, мелко порубить или пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанный обжаренный репчатый лук, яйцо и столько молотых сухарей, сколько понадобится, чтобы получилась масса, из которой можно сформовать клецки. Опускать клецки в кипящий бульон или кипящую подсоленную воду и варить до всплытия. Вынуть шумовкой. Полить разогретым сливочным маслом или салатным растительным.

Клецки капустные с ягодами можжевельника

750 г свежей капусты, 50 г шпика, 6 ягод можжевельника, 20 г сливочного масла, 30 г тертых сухарей, 2—3 яйца, соль, молотый перец, мука.

Шпик, капусту и ягоды можжевельника пропустить через мясорубку, добавить сухари, яйца, соль, перец. Сформовать клецки, обвалять их в муке, сварить в слабо кипящей воде, вынуть шумовкой и затем обжарить на растительном масле.

Вареники с капустой

Для теста: 200 г муки, 2 яйца, 1 ст. ложка воды, 10 г маргарина, соль. Для фарша: 1 небольшой кочан свежей, капусты, 1—2 вареных яйца, 2—3 ст. ложки маргарина, зелень петрушки, соль.

Из муки, яиц, воды, маргарина и соли замесить такое крутое тесто, чтобы оно не прилипало к доске. Капусту мелко порубить, обжарить на сковороде с жиром, добавить рубленые яйца, зелень петрушки, соль и перемешать. Раскатать тесто в тонкий пласт и разрезать на квадраты или прямоугольники. На каждую половинку такого куска теста положить капустный фарш, края смазать молоком или слегка взбитым яичным белком. Накрыть второй половинкой куска теста, прижать края. На 10 мин опустить вареники в слабо кипящую воду. Вынуть шумовкой, дать стечь воде и затем жарить во фритюре.

Капустные трубочки под соусом

1 кочан свежей капусты, 2 ст. ложки сухарного соуса или масла сливочного, соль. Для соуса: 100 г сливочного масла, 2,5 чайной ложки молотых сухарей, лимонная кислота или сок, соль.

Кочан свежей капусты отварить в подсоленной воде, нарезать дольками или, сняв листья, свернуть их трубочками, уложить на горячую сковороду с маслом и припустить. Подать на тарелке, полив сухарным соусом.

Приготовление соуса. В масло (без пахты) всыпать молотые сухари, влить разведенную лимонную кислоту или сок, посолить и размешать.

Голубцы с овощами и рисом

1 кг свежей капусты, 2—3 моркови, 1 корень петрушки, 4—5 помидоров, 1 стакан сметаны, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 1/2 стакана риса, 2—3 луковицы, 1 ст. ложка пшеничной муки, зелень, молотый черный перец, соль.

Кочан капусты после удаления верхних загрязненных листьев обмыть холодной водой и вырезать кочерыжку так, чтобы кочан остался целым. Погрузить его в подсоленную кипящую воду и варить 10—12 мин, затем разобрать на отдельные листья, отбить тяпкой утолщенные места. На подготовленные листья капусты положить готовый овощной фарш и завернуть в виде толстых колбасок. Подготовленные голубцы слегка обжарить на раскаленной с маслом сковороде с обеих сторон, сложить в посуду с толстым дном, залить сметанным соусом и запекать в духовке в течение 1—1,5 ч до готовности.

Приготовление фарша. Очищенные овощи помыть, нарезать соломкой, лук — полукольцами и обжарить; смешать с отварным рисом, добавить соль, перец и мелко нарезанную зелень.

Голубцы овощные

1 кг свежей капусты, 3—4 моркови, 2—3 луковицы, по 1 корню петрушки и сельдерея, 2 помидора, 1 стакан сметаны, по 2 ст. ложки томата - пюре и масла, соль.

Кочан капусты очистить, вырезать кочерыжку, опустить кочан в подсоленный кипяток и варить 10—20 мин, после чего выложить на сито, дать стечь воде, разобрать на отдельные листья и разложить на столе. На приготовленные листья положить овощной фарш (см. рецепт выше, но без риса) и завернуть его, придавая форму голубцов. Голубцы обжарить на сковороде с маслом, сложить в кастрюлю, добавить сметану, томат-пюре, накрыть крышкой и тушить на слабом огне 30—40 мин. Во время тушения несколько раз поливать образующимся соусом. Готовые голубцы переложить на блюдо и полить соусом, в котором они тушились.

Голубцы с тыквой

1 кочан свежей капусты, 700 г тыквы, 500 г отварного риса, 70 г сахара, 35 г маргарина, 250 г сметанного соуса, соль.

Тыкву нарезать и припустить с маргарином. Затем добавить сваренный до полуготовности рис, сахар, соль. Хорошо перемешать. Положить фарш на подготовленные капустные листья (см. предыдущие рецепты), завернуть его, придавая изделиям цилиндрическую форму. Полуфабрикат залить бульоном и припустить. Затем добавить сметанный соус и тушить 10—15 мин.

Голубцы с катофелем

1 небольшой кочан свежей капусты, 5 картофелин, 2 луковицы, 4 ст. ложки растительного масла, 1/4 стакана молока, 1/2 стакана сметаны, 1 чайная ложка муки, 100 г сыра, соль, перец.

Очищенный картофель отварить на пару и горячим протереть через сито. Лук нарезать соломкой и обжарить на растительном масле. В горячее картофельное пюре добавить соль, перец, пассерованный лук, влить горячее молоко, хорошо взбить массу. Из кочана капусты удалить кочерыжку. Кочан прсмыть, проварить в кипящей соленой воде 5—6 мин, вынуть из воды, разобрать на листья. Отбить тяпкой утолщенные части листьев, уложить на них картофельный фарш, придать голубцам форму цилиндра. Уложить голубцы в форму, залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром и запекать в духовке 10—12 мин.

Приготовление сметанного соуса. Муку залить сметаной, тщательно перемешать, чтобы не было комков, посолить, поперчить и проварить 1—2 мин.

• При подаче голубцы полить соусом, в котором они тушились.



Голубцы с гречневой кашей

1 кочан капусты, 1/2 стакана гречневой крупы (ядрицы), 1 луковица, 1/2 стакана сметаны, масло, укроп, мука, соль.

Ядрицу перебрать, слегка обжарить на противне, после чего промыть и сварить рассыпчатую кашу. Верхние листья с большого белого кочана капусты сварить до полуготовности, откинуть на дуршлаг. Мелко нарезанный лук слегка обжарить в масле, добавить в кашу, влить 1 ст. ложку масла, перемешать. Кашу кучками разложить на капустные листья, завернуть их, перевязать каждый голубец ниткой, обвалять в муке и обжарить в масле. Положить в глубокое огнеупорное блюдо, смазанное маслом, залить сметаной и подрумянить в духовке. Готовые голубцы посыпать мелко нарезанным укропом.

Голубцы с творогом

600 г свежей капусты, 400 г творога, 120 г риса, 2 яйца, 100 г сливочного масла или маргарина, 1 стакан сметаны, зелень, соль, молотый перец.

Сварить рассыпчатую рисовую кашу, охладить ее, смешать с сырыми яйцами и протертым творогом, заправленным солью и перцем. Фарш завернуть в предварительно бланшированные капустные листья. Голубцы обжарить в масле, уложить в сотейник или на противень, залить сметаной и тушить в духовке. При подаче полить сметаной, в которой они тушились, посыпать укропом или зеленью петрушки.

Котлеты капустные с яблоками

1 кг свежей капусты, 2 крупных яблока, 1 стакан молока, 120 г жира, 60—80 г манной крупы, 150 г сметаны, 1 яйцо, 70 г молотых сухарей, соль.

Нашинкованную свежую капусту припустить до готовности в молоке с добавлением воды. Яблоки очистить от кожицы и, удалив сердцевину, нарезать соломкой; добавить немного жира и припустить. Затем всыпать манную крупу, выбить яйцо, посолить, хорошо перемешать смесь с капустой и сформовать из нее котлеты, запанировать в сухарях и жарить. Подать со сметаной.

Котлеты капустные с яйцами и сухарями

2 средних кочана свежей капусты, 200 г черствой булки, 2 стакана молоко, 4 яйца, 3 ст. ложки топленого масла, соль.

Капусту мелко нарезать, потушить в кипящем молоке до готовности, влить 1 ст. ложку растопленного масла. Черствую булку разломать, залить горячим молоком, дать остыть. Добавить в капусту 2 сырых и 2 сваренных вкрутую яйца, булку с молоком, посолить. Сформовать из этой массы котлеты и обжарить с обеих сторон на масле.

• Капустные котлеты можно пожарить на растительном масле или на маргарине.

Котлеты капустные с молочным или сметанным соусом

500 г свежей капусты, 1/3 стакана молока, 1/2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки (без верха) манной крупы, 1 яйцо, 2 ст. ложки молотых сухарей, 25 г кулинарного жира для жарения, 150 г соуса, соль.

Капусту нашинковать, положить в кастрюлю с молоком и маслом и тушить до полуготовности. Затем тонкой струйкой засыпать манную крупу, тщательно размешивая, чтобы не образовывались комочки, и варить еще 10—15 мин. Добавить сырое яйцо, соль, массу размешать, охладить, разделать на котлеты, обвалять в сухарях и жарить на сковорде с жиром до образования золотистой корочки. При подаче подлить к котлетам соус или подать его отдельно в соуснике.

Шницели из капусты

1 кочан свежей капусты, по 2 ст. ложки пшеничной муки, сухарей панировочных и масла топленого, 1/2 стакана сметаны, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 яйца, перец черный молотый, соль.

Из очищенного кочана вырезать кочерыжку, погрузить кочан в кипящую подсоленную воду и варить 5—10 мин до полуготовности. Откинуть кочан на дуршлаг, дать стечь воде, разобрать на отдельные листья, отбить тяпкой утолщения. Каждый лист сложить вдвое, посолить, поперчить, запанировать в муке. Затем смочить во взбитом яйце, обвалять в молотых сухарях. Обжарить шницели с обеих сторон на хорошо разогретой сковороде с жиром до образования румяной корочки. При подаче на стол полить сметаной или растопленным сливочным маслом.

Зразы капустные с овощами и рисом

1 кг свежей капусты, 2 ст. ложки риса, 4 чайные ложки сметаны, 1 яйцо, 4 ст. ложки манной крупы, 4 ст. ложки сливочного масла, 40 г моркови, 1/2 стакана молока, немного белых кореньев и зелени, 4 ст. ложки молотых сухарей, соль.

Подготовленную капусту мелко нашинковать, припустить, т. е. сварить в небольшом количестве воды или молока. В припущенную капусту всыпать манную крупу и варить 8—10 мин, затем охладить и добавить яйцо, перемешать. Морковь и белые коренья мелко нашинковать, припустить со сметаной до готовности, смешать с рассыпчатым вареным рисом и рубленой зеленью, посолить. Из капустной массы сформовать лепешки, положить на них овощной фарш, соединить края, обвалять в сухарях и обжарить с обеих сторон до золотистого цвета. При подаче полить зразы растительным или сливочным маслом или сметаной.

Блины капустные со сметаной

1 кг свежей капусты, 60 г манной крупы, 60 г масла, 1 стакан молока, 3 яйца, 80—100 г сметаны, соль.

Нашинкованную капусту варить в небольшом количестве молока 5—10 мин, затем пропустить через мясорубку, добавить манную крупу и варить еще 8—10 мин. Всю массу охладить, добавить яйца, соль, перемешать и выпечь из нее блины. Подать со сметаной.

Оладьи капустные с сыром

1 кг свежей капусты, 100 г сыра, 1 яйцо, 2 ст. ложки сметаны, масло, соль. Мелко нарезанную капусту отварить в небольшом количестве воды с добавлением сметаны. Затем массу охладить, добавить тертый сыр, сырое яйцо, хорошо перемешать и выпечь из нее оладьи.

Булочки с капустой

200 г свежей капусты, 1 /2 стакана муки, 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки свежих дрожжей, 1 чайная ложка соли, 1 ст. ложка сахара, 3 ст. ложки растительного масла.

Замесить дрожжевое тесто, положить в него нарезанную соломкой капусту, вымесить так, чтобы тесто не прилипало к рукам. Поставить его в теплое место для брожения, обминая несколько раз. Из выброженного теста сформовать булочки толщиной 5—6 см, уложить их на сухой противень и выпекать 20—30 мин в духовке, нагретой до 200—220° С.

• Выпеченные булочки смазать растительным маслом.

Омлет с капустой и творогом

500 г свежей капусты, 6 яиц, 1,5 стакана молока, 1 ст. ложка сливочного масла, 100 г творога, соль.

Яйца взбить, добавить молоко, протертый творог, соль, все тщательно перемешать. На противень положить ровным слоем капусту, нашинкованную соломкой, и вылить на нее подготовленную смесь. Запекать в духовке 20—25 мин. Готовый омлет полить маслом.

Суфле из капусты

700—800 г свежей капусты, 100 г сливочного масла или маргарина, по 1 ст. ложке муки, тертого сыра, молотых сухарей, 2 ст. ложки сметаны, 3 яйца, соль, молотый перец.

Кочан капусты зачистить, разрезать на четыре части, положить в кипящую подсоленную воду, варить 10 мин, выложить в дуршлаг, дать стечь воде, капусту нашинковать. Сливочное масло или маргарин хорошо растереть, всыпать муку, тертый сыр, добавить сметану, яичные желтки, нашинкованную капусту, все тщательно перемешать. Заправить по вкусу солью и перцем, ввести взбитые в пену яичные белки. Выложить смесь в смазанную жиром форму, посыпать молотыми сухарями, сверху положить несколько кусочков масла. Запекать в духовке, пока суфле не поднимется и не подрумянится.



Рулет капустный, фаршированный яблоками

800 г свежей капусты, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, 2 стакана молока, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 4 яблока, 2 ст. ложки сахара, соль.

Капусту нашинковать, припустить с молоком и помять толкушкой. Яблоки очистить, нарезать дольками, положить на сковороду, посыпать сахаром, сбрызнуть водой и поместить в нагретую духовку. Капустную массу положить на влажную салфетку тонким слоем, на середину положить запеченные яблоки, края соединить, переложить рулет на смазанный маслом противень, залить сметаной, смешанной с яйцами, и запечь в духовке. При подаче полить маслом или соусом по вкусу.

Рулет капустный с творогом и черносливом

1—1,5 кг свежей капусты, 400 г творога, 125 г чернослива, б ст. ложек сметаны (2 — для фарша, 4 — для запекания), 2 яйца, 80 г сливочного масла, по 1 ст. ложки молотых орехов и муки, сахар, соль, панировочные сухари.

Листья белокочанной капусты отварить в подсоленной воде до полуготовности. Грубые части листьев отбить тяпкой. Промытый чернослив отварить в подслащенной воде до мягкости и, вынув косточки, мелко нарезать. Творог протереть, смешать с черносливом и обжаренными молотыми орехами, влить сметану, яйца, ввести сливочное масло. Все перемешать. Подготовленный фарш уложить на листья капусты, свернуть небольшими рулетиками, запанировать в сухарях, обжарить в масле. Разложить рулетики на сковороде, смазанной маслом, залить сметаной и запечь в духовке.

Капуста, фаршированная овощами

1 кочан свежей капусты, 2 луковицы, 1 морковь, 100 г баклажанов или сладкого перца, 2 помидора, 2 ст. ложки риса, 1 яйцо, 80 г сливочного масла, 400 г соуса, соль, зелень.

Из кочана вырезать кочерыжку, положить его в кипящую подсоленную воду и варить до полуготовности. Выложить кочан на сито для стекания воды, листья аккуратно отогнуть, переложить каждый лист (кроме верхних листьев) овощным фаршем к прижать один к другому так, чтобы форма кочана сохранилась. Фаршированную капусту переложить в сотейник, полить сметанным соусом с томатом и луком и поставить в нагретую духовку. Готовую капусту выложить на блюдо, посыпать зеленью.

Приготовление фарша. Нарезать кубиками баклажаны или сладкий перец, морковь и помидоры, поджарить их и смешать с мелко нарезанным сваренным вкрутую яйцом, вареным рисом.

Запеканка из фаршированной капусты

1 кочан свежей капусты (около 1 кг), 200 г молотых сухарей, 100 г сливочного масла, 500 г сметаны, тертый сыр.

Очистить кочан от верхних листьев, достаточно широко вырезать кочерыжку и положить капусту в чугунный горшок, где она будет запекаться. Вырезанную кочерыжку мелко порубить, перемешать с молотыми сухарями и получившейся массой заполнить отверстие, оставшееся после вырезанной кочерыжки. Остатки массы можно разложить вокруг капусты. Затем положить несколько маленьких кусочков сливочного масла, полить сметаной, посыпать тертым сыром и поставить горшок в нагретую духовку приблизительно на 1 ч.

Капуста, фаршированная капустой

1 средний кочан свежей капусты, 1 яйцо, 250 г сливок (молока), 25 г масла, 75 г сметаны, около 50 г молотых сухарей, перец, сахар, соль.

Кочан капусты зачистить, наверху сделать отверстие и через него вырезать капусту по кругу до тех пор, пока не останется слой листьев примерно в 2 см толщиной. Вырезанную капусту мелко порубить, посолить, дать постоять и отжать сок. Затем добавить сырое яйцо, сливки, растопленное масло, перец, сахар и, если масса жидкая, молотые сухари.

Полученным фаршем наполнить кочан, а целыми листьями закрыть отверстие. Кочан перевязать, положить в кастрюлю, посолить, залить кипятком и варить. Сваренный кочан вынуть из отвара, снять нитки, подрумянить в духовке, нарезать на дольки и при подаче полить сметаной.

Капуста, фаршированная яблоками

800 г капусты, 400 г яблок, 20 г сахара, 20 г растительного масла, 120 г майонеза, 120 г зелени, соль.

Кочан капусты зачистить, удалить кочерыжку. Положить кочан в кипящую подсоленную воду и варить до пол у готовности, после чего откинуть на дуршлаг и охладить. Отделить от кочана листья, утолщенные стебли слегка отбить. Листья капусты положить на полотняную ткань, на середину каждого листа кучкой положить мелко нарезанные яблоки, посыпать сахаром и завернуть, придавая изделиям круглую форму. Положить капустные шарики в сотейник, полить растительным маслом, добавить немного бульона или воды и тушить до готовности.

• Это блюдо можно подавать в горячем или холодном виде. Охладив, полить майонезом и украсить зеленью.

Кисло-сладкая тушеная капуста по-баварски

800 г капусты, 1—2 чайные ложки сахара, 50 г шпика или 3 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, 1/4 стакана воды или яблочного сока, 2 яблока, уксус, соль.

Капусту нашинковать, добавить немного воды или яблочного сока, соль, сахар, кусочки шпика или растительное масло. Затем добавить уксус и нарезанные мелкими кубиками яблоки и лук, тушить до готовности.

Капуста, тушенная с макаронными изделиями по-чешски

1 кочан свежей капусты, 1 луковица, 80 г жира, 200 г лапши, соль, перец, тмин.

Нарезанную соломкой капусту тушить 10 мин в небольшом количестве воды, откинуть на дуршлаг. Мелко нарезанный лук пассеровать в сотейнике, положить на него капусту и тушить под крышкой до мягкости. Заправить солью, перцем и тмином. Положить в капусту отдельно сваренную лапшу и тушить еще 3—5 мин.

Капуста, тушенная с каштанами (китайская кухня)

1 кочан капусты среднего размера, 6—7 каштанов, 3 ст. ложки, соевого соуса, 3 ст. ложки топленого свиного сала, 1 г имбиря молотого, 1 луковица, 2—3 чайные ложки сахара, 1 ст. ложка крахмала, масло.

Зачистить кочан капусты, промыть и разрезать на 4 части, вырезать кочерыжку и грубую часть черенков, затем нашинковать. Каштаны очистить от кожуры, залить кипятком и подержать так несколько минут, чтобы легче было затем удалить кожицу. Очищенные ядра каштанов нарезать ломтиками и обжарить в масле. Растопить в глубокой сковороде свиной жир и, когда он нагреется, опустить в него лук, имбирь и нарезанную капусту, закрыть крышкой и тушить до полуготовности. Затем положить каштаны, влить соевый соус, разведенный в небольшом количестве холодной воды крахмал, добавить сахар и тушить до готовности.

Капуста, запеченная ломтями

1 кочан свежей капусты, 1 стакан молока, мука, масло, соль.

Плотный кочан капусты разрезать пополам, опустить в кипящее подсоленное молоко, поставить варить. Когда капуста станет мягкой, откинуть ее на дуршлаг, нарезать длинными тонкими ломтями, обвалять их в муке, разложить на противне, смазанном маслом, сбрызнуть маслом, запечь в духовке.

Капуста, запеченная с яблоками

500—600 г свежей капусты, 4—6 яблок, 1/2 стакана сметаны, 2 ст. ложки муки, 1 яйцо, 1 желток, 1 ст. ложка панировочных сухарей, 3 ст. ложки сливочного масла, соль.

Капусту нашинковать, положить в кастрюлю, добавить немного воды, закрыть крышкой и тушить, периодически помешивая. В конце тушения внести нарезанные дольками яблоки и масло. Муку взбить со сметаной и яйцом, посолить, вылить массу в капусту и тщательно перемешать. Положить капусту в форму, смазанную маслом и посыпанную сухарями. Содержимое смазать яичным желтком и сбрызнуть маслом. Запечь в духовке.

Капуста, запеченная с лапшой

400—500 г свежей капусты, 300 г лапши, по 2 ст. ложки сливочного и топленого масла, молотый перец, соль.

Нашинкованную капусту потушить с маслом до мягкости, посолить, посыпать молотым перцем. Одновременно отварить лапшу (в объеме, равном нашинкованной капусте), откинуть на дуршлаг, дать стечь воде и заправить ложкой масла. Уложить в неглубокую кастрюлю, чередуя слои капусты и лапши, сверху положить кусочки сливочного масла и подрумянить в духовке. Перед запеканием можно залить взбитыми яйцами.

Капуста, запеченная с макаронами и брынзой

600 г свежей капусты, 40 г сливочного масла, 100 г макарон или лапши, 30 г брынзы, 2 яйца, 150 г молока, соль.

Капусту нашинковать, перетереть с солью и припустить с жиром. Макароны отварить и перемешать с капустой вместе с тертой брынзой. Полученную массу выложить на смазанный маслом противень, залить молоком и взбитыми яйцами и запечь в духовке.

Таежный пирог с капустой

200 г свежей капусты, по 100 г свеклы и масла, 3 моркови, 1 луковица, 2 яйца, 250 г муки, по 1 ст. ложке томатного соуса и сметаны, соль.

Капусту нашинковать, свеклу и морковь натереть на терке, прибавить мелко нарезанный лук. Соединить смесь с томатным соусом, маслом, сметаной, яйцами, мукой, посолить, тщательно перемешать. Полученную массу выложить в противень и запечь в горячей духовке.

Капустные конверты под молочным соусом

500 г свежей капусты, 35 г масла растительного, 100 г молока, 15 гмуки, 10—15 г сыра, соль.

Кочан капусты разобрать на отдельные листья, вырезав кочерыжку, и отварить в подсоленной воде в течение 10—15 мин. Капусту откинуть на дуршлаг, а затем сложить каждый лист конвертом. Подготовленную капусту обжарить на растительном масле, сложить в форму, залить молочным соусом, посыпать сыром и запечь в духовке (10—15 мин).

Запеканка из капусты с молочным соусом или со сметаной

500 г свежей капусты, 35 г манной крупы, 1 яйцо, 25 г кулинарного жира, 65 г молока, по 10 г панировочных сухарей и сыра, 150 г молочного соуса или 65 г сметаны.

Нашинкованную капусту уложить в кастрюлю (сотейник), влить молоко и часть жира и тушить до полу готовности, закрыв посуду крышкой. Затем всыпать мелкой струйкой манную крупу, помешать и варить 5—10 мин, после чего добавить взбитое сырое яйцо. Заправленную капусту выложить на противень, предварительно смазанный жиром, разровнять, смазать сметаной, посыпать тертым сыром и сухарями и запечь в духовке. При подаче запеканку нарезать на порции, выложить на блюдо или тарелку, подлить молочный соус и подать отдельно в соуснике сметану.

Рагу капустное с рисом и брынзой

800 г свежей капусты, 2 ст. ложки кулинарного жира, 2—3 луковицы, по 1 ст. ложке растительного масла, риса, тертой брынзы, 4—5 яиц, зелень петрушки, соль, перец.

Кочан капусты разобрать на отдельные листья, удалить кочерыжку и грубую часть черешков, сварить капусту в подсоленной воде до мягкости, затем откинуть на дуршлаг. Пассерованный лук смешать с предварительно отваренным до полуготовности рисом и продолжать жарить 5—7 мин. Снять с огня, перемешать с половиной нормы брынзы, с мелко нарезанным сваренным вкрутую яйцом, солью, черным перцем и зеленью петрушки. На смазанный маслом противень выложить слоями, чередуя листья капусты и рисовую массу так, чтобы последним был слой капусты. Залить двумя стаканами горячей воды, яйцами, взбитыми с оставшейся брынзой, и запечь в духовке до образования румяной корочки.

Капустный каравай

1 кг капусты, 2 луковицы, 3—4 моркови, 100 г сладкого перца, 2—3 помидора, 1 яйцо, 60 г масла, 40 г молотых сухарей, соль, сметана.

Капусту сварить до полуготовности и разобрать на листья. Сотейник смазать маслом, посыпать молотыми сухарями, дно и стенки выложить листьями капусты. Выложить в сотейник слоями фарш и капустные листья, чередуя слой фарша и слой листьев. Получившийся «каравай» слегка спрессовать крышкой меньшего размера. Поверхность смазать сметаной, смешанной с яйцом, посыпать молотыми сухарями. Запечь каравай в духовке, вынуть из сотейника, нарезать на порции и полить томатным или сметанным соусом.

Приготовление фарша. Нарезать соломкой лук, морковь, сладкий перец и слегка обжарить на масле; добавить нарезанные помидоры, немного воды и тушить все вместе.

Капустные кочерыжки жареные

10 капустных кочерыжек, 2 яйца, 2 ст. ложки молотых пшеничных сухарей, 3 ст. ложки растительного масла, 3 ст. ложки молока, 100 г сметаны, соль.

Кочерыжки нарезать вдоль тонкими ломтиками, залить небольшим количеством кипящей воды, посолить, поварить 2—3 мин, откинуть на дуршлаг. Яйца тщательно перемешать с молоком, смочить этой смесью кусочки кочерыжек и запанировать в сухарях. Обжарить кочерыжки до появления светлой корочки. Подать со сметаной.

Вареники с квашеной капустой по-украински

Приготовить пресное тесто (см. рецепт «Вареники с капустой»), раскатать в пласт толщиной 1,5 мм; вырезать крожочки и, положив на каждый из них фарш, защипать края. Перед подачей вареники отварить в кипящей подсоленной воде. Подать с обжаренным в подсолнечном масле репчатым луком.

Приготовление фарша. Квашеную рубленую капусту слегка потушить, добавив мелко нарезанные морковь и репчатый лук, обжаренные в подсолнечном масле.

Тушеная квашеная капуста с фасолью

400 г квашеной капусты, 300 г фасоли, 1 стакан томатного сока. 100 г сметаны, 2 луковицы, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, соль, молотый перец по вкусу.

Замоченную фасоль отварить, посолить, дать постоять 20 мин под крышкой, откинуть на дуршлаг. Репчатый лук мелко нарезать и пассеровать на растительном масле, добавить отжатую от рассола мелко нарубленную квашеную капусту, томатный сок, сметану, закрыть крышкой и тушить капусту до готовности, периодически помешивая. В готовую капусту добавить отварную фасоль, перец и довести до кипения. При подаче посыпать зеленым луком.

Галушки из квашеной капусты

500 г квашеной капусты, 2 ст. ложки тертого сыра, 1 ст. ложка манной крупы, 2 яйца, 20 г томатного соуса, 1 стакан молотых сухарей, 5 г перца, соль.

Квашеную капусту отварить в подсоленной воде, выложить на сито, дать стечь воде и пропустить через мясорубку. Полученный капустный фарш посыпать тертым сыром, манной крупой, мелко нарезанными вареными яйцами, черным молотым перцем, солью и хорошо перемешать. Сформовать из этой массы галушки, опустить их в закипевшую подсоленную воду и варить на слабом огне 15 — 20 мин, затем отбросить на дуршлаг, дать стечь воде, уложить на блюдо и посыпать молотыми сухарями. Подать с томатным соусом.

Котлеты из квашеной капусты

800 г квашеной капусты, 4 ст. ложки манной крупы, 1 стакан молока, по 4 ст. ложки масла и молотых сухарей, 1 ст. ложка сахара, 1 яйцо, соль.

Квашеную капусту перебрать, порубить, промыть в теплой воде, залить холодной водой и варить 30 мин. Откинуть на сито, снова промыть теплой водой, залить молоком и припустить до готовности. Засыпать манную крупу, хорошо размешать и продолжать варить 8—10 мин. Массу немного остудить, посолить, добавить сырое яйцо, сахар. Сформовать котлеты, панировать их в сухарях, обжарить в масле. При подаче полить сметаной или маслом.

Битки из квашеной капусты и картофеля

500 г квашеной капусты, 500 г картофеля, 1 луковица, 1—2 яйца, 1 чайная ложка тмина, 2 ст. ложки крахмала, 150 г шпика, соль.

Капусту порубить, картофель натереть на терке, лук мелко нарезать. Все смешать, добавить другие компоненты, сформовать из этой массы битки и обжарить с обеих сторон в разогретом шпике.

Пирожки картофельные с квашеной капустой (белорусская кухня)

Для фарша: 300 г квашеной капусты, 2 ст. ложки маргарина, 1 луковица, 1 яйцо. Для оболочки: 2—3 картофелины, 1 яйцо, 3 чайные ложки муки, масло или маргарин для обжаривания, соль.

Сваренный картофель в горячем виде пропустить через мясорубку, добавить в него соль, яйцо, перемешать. Капусту порубить, поджарить на противне с маслом, прибавить обжаренный лук, сырое яйцо и перемешать, слегка заправить сахаром. Картофельную массу разделать на круглые лепешки, положить на них капустный фарш и сформовать пирожки полукруглой формы. Обвалять в муке и поджарить. Подавать горячими с маслом.

• Можно приготовить начинку без яиц. В этом случае надо взять больше капусты.

Зимняя каша из квашеной капусты

1/2 небольшого квашеного кочана, 3 ст. ложки (без верха) муки, 1/2 ста капа растительного масла, 1/2 стакана рассола, перец по вкусу.

Квашеный кочан капусты очистить от верхних листьев, вырезать кочерыжку. Нашинковать капусту соломкой и тушить до мягкости без добавления воды в плотно закрытой кастрюле, часто помешивая, чтобы не пригорела. Пассеровать муку с маслом до подрумянивания, развести горячей водой и рассолом до густоты сметаны, поварить 5—6 мин и добавить капусту. Резко уменьшить нагрев и подержать на огне еще несколько минут. Перед подачей посыпать молотым черным перцем.

Квашеная капуста, жаренная с луком

500 г квашеной капусты, 2—3 луковицы, 75 г топленого или растительного масла.

Нарезанный лук пассеровать, смешать с измельченной квашеной капустой и жарить до готовности, не допуская пригорания.

Квашеная капуста, обжаренная с яблоками и тмином

500 г квашеной капусты, 2 яблока, 50 г жира, 1/2 ст. ложки тмина, 2 ст. ложки муки.

Квашеную капусту перемешать с нарезанными яблоками, влить растопленный жир, посыпать тмином, мукой и жарить на слабом огне примерно 20 мин до образования золотистой хрустящей корочки. Подать к отварному картофелю.

Квашеная капуста по-французски

300 г квашеной капусты, 100 г шпика, 150 г яблок, 200 г картофеля, 100 г репчатого лука, 2 сардельки или 100 г жареной колбасы, 1/2 стакана мясного бульона, тмин, соль.

Шпик нарезать мелкими кубиками и поджарить. Добавить квашеную капусту, нарезанные лук, яблоки и картофель. В середину положить сардельки или жареную колбасу, влить бульон. Тушить в плотно закрытой посуде 20—30 мин, добавив соль и щепотку тмина.

• Отдельно к этому блюду подать молоко, приправленное перцем.

Пирожки с квашеной капустой и помидорами

Для теста: 800 г пшеничной муки, 2 стакана сметаны, 3 яйца, 200 г сливочного масла, 1/4 чайной ложки питьевой соды, соль. Для фарша: 500 г квашеной капусты, 5 помидоров, 1 луковица, 1/2 стакана подсолнечного масла, 1 ст. ложка сахара, перец, соль.

Вымесить тесто из муки, сметаны, яиц, растопленного сливочного масла, питьевой соды и соли. Разделать тесто на маленькие булочки, вымесить каждую и, раскатав блин, положить фарш на середину. Края теста соединить и защипать.

Приготовление фарша. Квашеную капусту промыть теплой кипяченой водой, сполоснуть холодной, отжать и смешать с протертыми через сито помидорами — свежими или консервированными. Добавить по вкусу поджаренный на подсолнечном масле мелко нарезанный лук, немного сахара, перец, соль.

• Пирожки можно пожарить в растительном масле или испечь в духовке.

Блины с квашеной капустой

1 стакан пшеничной муки, 2 стакана воды, 2 ст. ложки свежих дрожжей, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка растительного масла, соль, 1/2 стакана квашеной капусты.

Подготовить тесто: в подогретые до 30—40° С воду или молоко положить дрожжи, сахар, соль, просеянную муку и замесить тесто. Квашеную капусту отжать, мелко порубить, положить в подготовленное тесто, добавить рассол, тесто перемешать и поставить для брожения на 1—2 ч. Затем обмять, влить растительное масло, вымесить. Печь блины на смазанной маслом сковороде, наливая тесто тонким слоем. Готовые блины подавать с маслом, сметаной.

Капуста с горчицей (китайская кухня)

1 кг свежей капусты, 1 ст. ложка сахара, 1—2 чайные ложки сухой горчицы, 1 чайная ложка уксуса.

Зачистить и вымыть кочан капусты, разобрать на листья, положить в дуршлаг и варить на пару. Не допускать, чтобы листья расползались. Когда они станут мягкими, выложить слоями в кастрюлю, посыпая каждый капустный лист сухой горчицей и сахаром, а последний лист сбрызнуть уксусом. Кастрюлю плотно закрыть крышкой, а для лучшей теплоизоляции обернуть одеялом. Через 5—6 дней блюдо будет готово.

Капуста, квашенная по-чешски

10 кг капусты, 160 г соли, 20 г семян тмина, 160 г очищенного лука, 300—500 г моркови, 200—300 г яблок, 100—150 г красной рябины (сладкой).

Капусту нашинковать. Морковь и яблоки измельчить на терке. Лук нарезать кольцами. Рябину отделить от кистей и вымыть. Капусту, морковь, яблоки, лук, рябину смешать, добавить по вкусу соль и тмин, уложить в посуду, уплотнить деревянным кругом, сверху положить гнет. Первые 4—8 дней держать при температуре 20° С, затем доквашивать при 15° С в течение 4—6 недель.

Капуста быстроквашеная

Для быстрого квашения кочанной капусты кочан очистить от верхних загрязненных листьев, разрезать на дольки, поместить в кастрюлю или бочонок и залить горячим прокипяченным рассолом. Рассол должен быть слабым. Готовить его надо из расчета 1 ст. ложка соли на 1 л воды. Когда капуста в рассоле остынет, положить в нее корочку ржаного хлеба и оставить на 2—3 дня в теплом месте.

Капуста, маринованная на глазок

В воду добавить соль, уксус, гвоздику, корицу, сахар, довести до кипения, процедить. Этим маринадом залить шинкованную капусту и нагреть, помешивая. Не следует перегревать капусту, чтобы она не стала очень мягкой. Затем капусту охладить, смешать с мочеными яблоками, нарезанными ломтиками, маринованными сливами, клюквой, шинкованной морковью, добавить сахар и полить маслом.

Капуста, маринованная по-грузински

400 г капусты, 80 г свеклы, 60 г уксуса 6%-ного, 50 г зелени, сельдерея, 30 г красного стручкового перца, соль.

Белокочанную капусту нарезать крупной соломкой, свеклу -ломтиками. Добавить зелень сельдерея, несколько кусочков красного стручкового перца, посолить и залить кипятком с уксусом так, чтобы вода только покрыла овощи. На 2—3 дня оставить в теплом месте.

• Маринованная таким образом капуста — отличная закуска.

Квас из капустного рассола

1 л капустного рассола, 0,5 л концентрата кваса, 0,5 л охлажденной кипяченой воды, 1 стакан сахара, 25 г дрожжей.

В рассол из квашеной капусты влить концентрат кваса, добавить сахар, воду, дрожжи. Оставить для брожения на 12 ч.

Квас из сушеной капусты

1 средний кочан капусты, 5 л воды, 50 г дрожжей, 1 стакан сахара. Кочан капусты зачистить от верхних листьев, нарезать листья пластинками в 3—4 см, хорошо промыть, выложить на противни, поместить в нагретую духовку. Не допускать подгорания. В кастрюлю положить 500 г сушеной капусты, залить водой и кипятить 15 мин. Снять с огня и дать массе немного остыть, после чего отвар процедить. В небольшом количестве теплой воды развести дрожжи и сахар и влить эту массу в приготовленный отвар. Квас будет готов через 24 ч.

Цветная капуста

Цветная капуста с морковью

1 средний кочан цветной капусты, 500 г моркови, зелень петрушки, 2 ст. ложки муки (без верха), 100 г тертого сыра, 2 яичных желтка, 2—3 ст. ложки кислого молока, масло, соль.

Очистить кочан цветной капусты, промыть его и отварить в подсоленной воде. Очистить, промыть и нарезать кружочками морковь, отварить ее в подсоленной воде, процедить и обжарить в масле, после чего смешать с мелко нарезанной зеленью петрушки. Приготовить белую пассеровку из муки и 2—3 ст. ложек масла, развести ее отваром от цветной капусты и прибавить тертый сыр. Соус прокипятить 6—7 мин, снять с огня и прибавить желтки и кислое молоко. Сваренную капусту положить на середину блюда и залить соусом. Вокруг положить вареную морковь и, если есть, дольки лимона.

Цветная капуста с томатом-пастой и сыром

2 больших кочана цветной капусты, соль, 50 г растительного или сливочного масла, 3 зубчика чеснока, зелень петрушки, 125 г томата-пасты, 40 г сыра.

Цветную капусту отварить в подсоленной воде до полуготовности, откинуть на сито, разобрать на небольшие кочешки. В кастрюле разогреть жир, поджарить тонко нарезанный чеснок, добавить цветную капусту, зелень петрушки, томат-пасту, подлить немного отвара от капусты, тушить в духовке до готовности, заправить по вкусу. Подать на блюде с сыром, нарезанным соломкой.

Цветная капуста под чесночным соусом

1 кочан цветной капусты. Для соуса: 2 ст. ложки сливочного масла, 1—2 ст. ложки муки, 2—3 зубчика чеснока, перец, соль.

Средний кочан цветной капусты отварить в подсоленной воде и разобрать на отдельные кочешки.

Приготовить соус: муку поджарить с маслом до светло-желтого цвета, влить немного отвара от капусты, посолить, поперчить, добавить толченый чеснок и варить до загустения.

Горячую капусту залить приготовленным чесночным соусом и сразу подать.

Макароны с цветной капустой

200 г цветной капусты, 300 г макарон, 1 л воды, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 луковицы, 1 ст. ложка томата-пасты, 1 ст. ложка муки, соль, перец.

В кипящую подсоленную воду положить цветную капусту, варить 1—2 мин, откинуть на дуршлаг, а в отвар засыпать макароны. Варить до мягкости. Лук порубить и обжарить на сливочном масле, добавить томат-пасту, обжарить, через 2—3 мин ввести муку, перец и прогреть еще 2—3 мин.

Сварившиеся макароны откинуть на дуршлаг, отвар использовать для приготовления соуса: обжаренный лук с мукой и томатом-пастой развести отваром и проварить 1—2 мин. Макароны выложить на блюдо, а по бокам разместить цветную капусту. Полить соусом.

Цветная капуста, отваренная в простокваше

1/4 среднего кочана цветной капусты, 1 стакан рубленых молодых листьев цветной капусты, 2 стакана простокваши, 2 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, 1 морковь.

Положить в кастрюлю рубленые листья цветной капусты, на них слоями — разобранную на маленькие кочешки цветную капусту, мелко нарезанный лук, нашинкованную морковь. Залить все простоквашей, быстро довести до кипения, ослабить нагрев и варить 5—6 мин, не перемешивая. Затем снять с плиты и настаивать 5—7 мин. Капустный отвар смешать с растительным маслом и этой смесью залить приготовленное блюдо при подаче.

Цветная капуста, запеченная с хлебом и колбасой

1 кочан цветной капусты, 150 г белого хлеба, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 150 г вареной колбасы, 0,25 л молока, 1—2 яйца, 20 г мускатного ореха, соль.

Разобранную на маленькие кочешки капусту положить в кипящую подсоленную воду и варить до полу готовности. Ломтики хлеба намазать сливочным маслом или маргарином, положить сверху кружочки колбасы. На смазанную жиром сковороду уложить несколько кусочков хлеба с колбасой, на них капусту и снова слой хлеба с колбасой. Залить смесью из молока, яиц, соли, мускатного ореха, добавить жир и в течение 30 мин запекать в духовке при высокой температуре до образования румяной корочки.

Цветная капуста, запеченная под майонезом

600 г цветной капусты, 200 г майонеза, 60 г масла, соль.

Капусту отварить в подсоленной воде до полуготовности, разобрать на отдельные кочешки, положить на смазанную маслом сковороду, залить майонезом и запечь в духовке.

Цветная капуста, запеченная с картофелем и шпиком

1 кочан цветной капусты, 150 г шпика, 500 г картофеля, 1 луковица, 2 яйца, 2—4 ст. ложки муки, соль, зелень петрушки.

Капусту разобрать на отдельные кочешки и сварить до полуготовности в кипящей подсоленной воде, процедить. Шпик нарезать кусочками и обжарить на сковороде вместе с мелко нарезанным луком. Поверх шпика положить капусту и нарезанный ломтиками вареный картофель, залить яйцами, взбитыми с мукой, посолить и запечь в духовке. Перед подачей украсить зеленью петрушки.

Запеканка из цветной капусты с морковью

600 г цветной капусты, 2 моркови, 40 г сливочного масла, 3 яйца, 250 г пшеничных сухарей (из них 1/2 для посыпки формы), 1/2 стакана молока, 2,5 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки натертого сыра, 1—1,5 стакана сметанного соуса, соль.

Цветную капусту отварить в подсоленной кипящей воде, откинуть на дуршлаг, охладить и порубить, В миске растереть масло с яичными желтками, посолить, затем добавить капусту, смоченные молоком сухари, натертую вареную морковь, сметану. Все перемешать с взбитыми яичными

белками. Подготовленную массу выложить в смазанную маслом и посыпанную толчеными сухарями форму, посыпать сыром, обложить кусочками масла и запечь в духовке. Подать со сметанным соусом.

Запеканка творожная с цветной капустой

200 г цветной капусты, 100 г жирного творога, 2 яйца, 100 г сыра, 1 чайная ложка сливочного масла.

Цветную капусту мелко порубить, смешать с протертым творогом, добавить мелко нарезанный сыр, яйца и взбить массу до однородной консистенции. Подготовленную смесь уложить в смазанную маслом форму, поместить в духовку на 20—25 мин. Запеканку подать горячей.

Цветная капуста, запеченная по-немецки

1 кочан цветной капусты, 1 ст. ложка сливочного масла, соус молочный (густой), 1 яичный желток, 60 г белого хлеба, мускатный орех, соль.

Кочан цветной капусты отварить в подсоленной кипящей воде, откинуть на сито. Когда отвар стечет, разобрать капусту на мелкие кочешки, заправить густым молочным соусом с желтком и мускатным орехом и сформовать из этой массы порции, спрессовав их с помощью круглой чашки. Уложить порции на смазанный маслом противень, залить густым молочным соусом, сверху покрыть белой панировкой, смешанной с растопленным маслом, и запечь в духовке до подрумянивания.

Суфле из цветной капусты

1 средний кочан цветной капусты сварить в подсоленной воде, слить воду и уложить капусту в жароупорный стеклянный сотейник или на небольшой противень. Слассеровать муку с жиром (по 2 ст. ложки), развести молоком 1/2 стакана), добавить соль и молотый черный перец по вкусу, довести до кипения и снять с огня. В охлажденный соус выпустить 2 желтка (по одному), непрерывно размешивая смесь. В конце добавить взбитые в крепкую пену 2 белка, осторожно перемешать и вылить смесь на цветную капусту. Запечь в духовке до готовности и сразу подать.

«Хлеб» из цветной капусты с рисом

1 кочан цветной капусты, 125 г риса, 100 г сыра, 60 г сливочного масла. Для соуса бешамель: 30 г сливочного масла, 40 г муки, 0,5 л молока.

Для приготовления соуса бешамель положить в кастрюлю половину масла, растопить, добавить разведенную в молоке муку и, помешивая, проварить 2—3 мин. Постепенно добавить горячее молоко, помешивая, чтобы не осталось комочков. Варить на слабом огне 10 мин и добавить оставшееся масло (половину) маленькими кусочками. Дольше не варить, чтобы сохранить у соуса вкус крема. Посолить и поперчить.

Вымыть рис, сварить его, добавив сливочное масло. Причем после варки рекомендуется поставить закрытую кастрюлю с рисом в теплую духовку на 25 мин, отчего зерна останутся целыми, но мягкими. Очистить, вымыть и сварить капусту в кипящей соленой воде. Растереть в пюре и смешать с соусом. Добавить рис. Выложить в блюдо, посыпать сыром и поставить в горячую духовку на 15 мин.

Пудинг из цветной капусты с изюмом

300 г цветной капусты, 100 г изюма, 2 ст. ложки риса, 2 яйца, 2.5 ст. ложки молока, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки молотых пшеничных сухарей, сахар, соль, 100 г сметаны.

Капусту отварить в подсоленной воде, дать стечь жидкости, капусту мелко порубить или пропустить через мясорубку, смешать с припущенным рисом, маслом, молоком, изюмом, сырыми яйцами, добавить по вкусу соль и сахар. Хорошо перемешать и выложить в форму, смазанную маслом, сверху еще раз полить маслом или смазать взбитым яйцом, посыпать молотыми сухарями и запечь в духовке. Подать со сметаной и сахаром.

Пудинг из цветной капусты с творогом

По 200 г цветной капусты и творога, 2 моркови, 1 стакан молока, 60 г сливочного масла, 1 ст. ложка сахара, 2 яйца, 2 ст. ложки манной крупы, соль.

Капусту мелко нарезать. Морковь натереть на крупной терке. Овощи залить половиной нормы молока, добавить кусочек масла, соль и тушить до мягкости. Из манной крупы и оставшегося молока сварить кашу, добавить творог, тушеные овощи, яичные желтки, сахар и хорошо перемешать. Осторожно ввести в смесь взбитые в пену белки. Массу выложить на сковороду, смазанную маслом, и запечь в духовке.

Цветная капуста в красном соусе

1,5 кг цветной капусты, 6 ст. ложек растительного масла, 1 головка чеснока, 1 маленький стручок красного перца, 1 кофейная ложка соли, щепотка тмина, 1 ст. ложка молотого сладкого красного перца, 2 яйца, щепотка молотого черного перца.

Разобрать кочан цветной капусты на маленькие кочешки, очистить налет, помыть и бланшировать 10 мин в кипящей воде, затем откинуть на дуршлаг. Растолочь вместе чеснок, стручок острого перца, черный перец, тмин. Положить эту смесь в кастрюлю, добавить растительное масло, молотый красный перец, соль, полить небольшим количеством воды и довести до кипения. Сюда же положить цветную капусту и тушить на слабом огне 20 мин (жидкость должна немного увариться). Взбить яйца с 4 ст. ложками отвара и полить цветную капусту получившимся соусом.

• Такую капусту хорошо подать с ломтиками лимона.

Цветная капуста, жаренная в тесте

500 г цветной капусты, 1 стакан пшеничной муки, 3/4 стакана молока, 2 яйца, подсолнечное масло, соль.

Очищенную цветную капусту разобрать на отдельные кочешки, сварить в кипящей подсоленной воде, откинуть на дуршлаг. Приготовить жидкое тесто: к пшеничной муке прибавить частями молоко, соль, желтки, затем взбитые белки. Облить капусту жидким тестом и обжарить в хорошо разогретом подсолнечном масле.

Котлеты из цветной капусты

1 кочан цветной капусты, 100 г пшеничных сухарей, 2 яйца, 1 стакан молока, 2 ст. ложки масла.

Кочан отварить в подсоленной кипящей воде, протереть через сито. Сухари поломать, залить горячим молоком, дать остыть, размять, соединить с капустой. Размешивая, добавить 1 ст. ложку растопленного масла, яйца. Посыпать толчеными сухарями, сформовать котлеты, обвалять в муке, обжарить на масле с обеих сторон.

Крокеты из цветной капусты

750 г цветной капусты, 30 г сливочного масла, 50 г муки, 0,5 л молока, 50 г сыра, 2 яйца, молотые сухари.

Отвариить капусту «букетиками» в кипящей подсоленной воде, нарезать ее маленькими кусочками. Приготовить соус бешамель (см. «Хлеб» из цветной капусты с рисом) с сыром, заправить 1 яйцом и I желтком, вмешать капусту, посолить, поперчить и охладить. Из этой массы слепить крокеты, обмакнуть в круто взбитый белок, обвалять в сухарях и жарить в очень горячем фритюре.

Булочка с листьями цветной капусты

1/2 стакана муки, 1/2 стакана воды, 3 листа цветной капусты, 2 ст. ложки свежих дрожжей, 1 чайная ложка соли, 4 ст. ложки маргарина, 1 ст. ложка сахара.

Листья цветной капусты промыть, мелко порубить. Замесить дрожжевое тесто и в конце замешивания добавить нарубленные листья капусты, массу тщательно вымесить. Из выброженного теста сформовать булочки, уложить их на сухой противень и поставить для расстойки. Выпекать булочки 20—30 мин в духовке, нагретой до 200—220° С. Горячие булочки смазать маргарином.

Цветная капуста маринованная

Белые плотные головки капусты разделить на небольшие кочешки и проварить в течение 3 мин в кипящей воде. Для сохранения белого цвета капусты в кипящую воду добавить соль и лимонную кислоту (из расчета 2 ст. ложки соли и 1 чайная ложка кислоты на каждые 5 л воды). Затем капусту быстро охладить в воде, уложить в тару и залить приготовленным маринадом.

Краснокочанная капуста

Маринованная краснокочанная капуста (салат)

500 г краснокочанной капусты, 1/2 стакана уксуса 3%-ного, 1 чайная ложка соли, 2 ст. ложки сахара, 100 г зеленого лука, 3 ст. ложки растительного масла.

Темноокрашенную краснокочанную капусту нашинковать, посолить, добавить уксус, сахар и нагреть, помешивая. Как только капуста осядет (не допускать, чтобы она стала мягкой), снять ее с огня и охладить. Заправить капусту растительным маслом, посыпать мелко нарезанным зеленым луком. Можно добавить в нее маринованные фрукты.

• В уксус для заправки салата можно добавить отвар корицы и гвоздики.

Краснокочанная капуста, тушенная с красным вином

1 кг краснокочанной капусты, 80 г сливочного масла, 30 г муки, 200 г красного вина, соль.

Растопить масло в кастрюле, положить капусту, нарезанную полосками, и держать на слабом огне 30 мин. Посолить, поперчить, добавить муку, влить красное вино, затем накрыть крышкой и тушить на слабом огне 2 ч.

Краснокочанная капуста, тушенная с салом

750 г краснокочанной капусты, 50 г репчатого лука, 125 г топленого свиного сала, 300 г копченого сала, 100 г мясного сока, молотый перец, соль.

Вымытую капусту нарезать полосками. В разогретом топленом сале обжарить измельченный лук, положить капусту, влить 1 стакан воды и мясной сок, посолить, поперчить. Тушить на слабом огне 1 ч. Положить копченое сало и тушить на слабом огне еще 1,5 ч.

Краснокочанная капуста, тушенная с ряженкой

600 г краснокочанной капусты, 100 г топленого масла, 125 г ряженки, тмин, красный перец, соль.

В кастрюле разогреть масло и пряности, прибавить нарезанную полосками капусту, посолить, размешать и тушить 5 мин. Влить ряженку и продолжать тушить при помешивании до тех пор, пока не выпарится вся жидкость.

Краснокочанная капуста, тушенная с яблоками

700 г краснокочанной капусты, 300 г яблок, 250 г колбасы, 150 г сливочного масла, 4 чайные ложки сахара, 1 небольшая луковица, 100 г красного вина, 40 г уксуса, перец, соль.

Чистую капусту отварить, нарезать соломкой, смешать с очищенными и нарезанными яблоками, посыпав сахаром. В кастрюле растопить масло, потушить в нем нарезанный ломтиками лук, а затем положить капусту с яблоками. Заправить уксусом, вином, перцем, солью и тушить на слабом огне до готовности. • Подать можно с ломтиками поджаренной вареной колбасы.

Краснокочанная капуста, тушенная с каштанами

500 г краснокочанной капусты, 1/2 стакана бульона, 50 г свиного сала, 9—10 каштанов, соль, перец.

Капусту нарезать соломкой, положить в кастрюлю, залить бульоном, добавить свиное сало, соль, перец и очищенные мелко нарезанные сырые каштаны. Все перемешать и тушить до готовности.

Краснокочанная капуста, тушенная с рисом и вареньем

1 кочан капусты, 4 луковицы, 1/2 стакана риса, 3 ст. ложки варенья из черной смородины, 100 г бульона, 100 г свиного топленого сала, соль.

Лук измельчить и поджарить на свином сале. Капусту мелко нарезать, смешать с луком, посолить, выложить слоем в эмалированную посуду, поверх положить слой риса, добавить варенье, свиное топленое сало и бульон. Плотно закрыть посуду крышкой и тушить на слабом огне до мягкости.

Краснокочанная капуста, тушенная с фасолью

1 кочан капусты, 1 стакан фасоли, 2 чайные ложки муки, 40 г сливочного масла, 2 луковицы, 2 ст. ложки томата-пюре, сахар, соль.

Предварительно замоченную фасоль сварить без соли. Краснокочанную капусту разрезать на четырехугольные куски, положить в кастрюлю, влить немного воды, ввести масло и тушить до мягкости. После этого добавить отваренную фасоль, поджаренную на масле муку, лук, томат-пюре, сахар, соль и кусочки вареного мяса. Все перемешать и вновь тушить до готовности. Подать с отварным картофелем.

Голубцы из краснокочанной капусты

300 г краснокочанной капусты, 100 г вареной колбасы, 1 яйцо, 25—50 г белого хлеба, 1 ст. ложка горчицы, 40 г маргарина или шпика, уксус, соль, 2 яблока.

Отделить от кочана большие листья и ошпарить их кипятком для размягчения. Приготовить фарш: пропустить через мясорубку колбасу, замоченный и отжатый хлеб, перемешать с яйцом и специями. На подготовленные капустные листья положить фарш, свернуть и обжарить со шпиком или маргарином. Готовые голубцы переложить в кастрюлю, добавить нашинкованные яблоки и тушить на слабом огне до полной готовности.

Трубочки из краснокочанной капусты

800 г краснокочанной капусты, 350 г сосисок, 1 яйцо, 40 г шпика, 40 г маргарина, 100 г молотых сухарей, 1 ст. ложка горчицы, соль.

Капусту очистить, разделить на листья и ошпарить кипятком. Приготовить фарш: мелко нарезанные сосиски перемешать с сыром яйцом, сухарями, горчицей и солью. Готовый фарш равномерно распределить на капустных листьях, скатать каждый трубочкой и скрепить ниткой.

Разогреть в глубокой сковороде нарезанный кубиками шпик и маргарин и обжарить подготовленные трубочки, затем закрыть посуду крышкой и на слабом огне тушить до готовности.

Морковь. Рецепты блюд и изделий из моркови

Салат из тертой моркови с медом и орехами

2 моркови, 2—3 cm. ложки меда, 1—2 cm. ложки мелкорубленых орехов.

Очищенную морковь натереть на мелкой терке, полить жидким медом, перемешать, посыпать любыми мелкорублеными орехами.

Салат из тертой моркови с клюквенным вареньем

3 моркови, 3—4 cm. ложки клюквенного варенья, 1/2 стакана очищенных грецких орехов, 1/4 стакана клюквы.

Морковь натереть на мелкой терке, смешать с клюквенным вареньем, положить горкой в салатницу, украсить ягодами свежей клюквы и посыпать поджаренными рублеными орехами.

Салат из тертой моркови и кураги

2 моркови, 10 шт. кураги, 2 ст. ложки меда.

Морковь очистить, натереть на мелкой терке. Курагу мелко порубить, смешать с морковью и медом.

Салат из тертой моркови с крапивой и чесноком

300—400 г моркови, 4 ст. ложки рубленых листьев крапивы, 3 дольки чеснока, 1 ст. ложка рубленых грецких орехов, 2 ст. ложки лимонного сока, растительное масло, соль.

Морковь натереть на крупной терке, смешать с рублеными листьями крапивы, чесноком, грецкими орехами, добавить лимонный сок, соль. Полить растительным маслом и посыпать зеленым луком.

Морковная икра

1 кг моркови, 500 г репчатого лука, 1 стакан томатной пасты, разведенной водой, 1 стакан подсолнечного масла, 5 лавровых листьев, 3 зубчика чеснока, соль, перец.

Разведенную водой до консистенции густой сметаны томатную пасту и мелко нарезанный лук положить в кастрюлю, влить подсолнечное масло, добавить лавровый лист, посолить и поставить тушить при сильном нагреве, закрыв крышкой. Когда масса закипит, нагрев уменьшить и тушить до тех пор, пока весь томат не уварится, а лук не станет совершенно мягкой массой, покрытой от томата красным маслом. Пока тушится лук, очистить морковь, вымыть, натереть на крупной терке и обжарить на сковороде в небольшом количестве подсолнечного масла, добавляя воду, чтобы морковь тушилась до мягкости. Когда лук и морковь будут готовы, соединить их и, хорошо вымешав, поставить в нагретую духовку. В готовую икру положить еще несколько лавровых листьев, растертый с солью чеснок, поперчить и, когда икра остынет, выложить в стеклянную банку, обвязав ее целлофаном.

• Икру можно хранить в холодильнике несколько месяцев.

Морковь с кабачком

400 г моркови, 1 молодой кабачок, 1 луковица, 0,5 л молока, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени сельдерея, соль.

Очищенные морковь и кабачок нарезать соломкой, добавить мелко нарезанный лук, соль, залить молоком, довести до кипения, посыпать зеленью.

Морковь по-мазурски

4 моркови средней величины, 5 картофелин, 1 стакан молока, 100 г копченой корейки или шпика, зелень, соль.

Очищенную и вымытую морковь залить небольшим количеством воды и поставить варить. Картофель очистить и добавить к моркови, вместе доварить до мягкости. Когда вода испарится, добавить горячее молоко. Размять картофель с морковью толкушкой, посолить, посыпать зеленью. Подавать блюдо, полив растопленным жиром, посыпав шкварками (можно полить растопленным маслом).

Морковь а ля Виши (французская кухня)

600 г моркови, 50 г сливочного масла, 2 чайные ложки сахара, 100 г воды, петрушка, щепотка соды, соль.

Очищенную и вымытую морковь нарезать кружочками, положить в довольно большую кастрюлю, добавить сливочное масло, сахар, соль, соду и воду, закрыть крышкой. Довести до кипения и варить при слабом нагреве. Через 30 мин варки каждые следующие 10 мин перемешивать. Жидкость должна полностью увариться. Подавать морковь к столу с мелко нарезанной зеленью петрушки.

Морковь, тушенная с помидорами в оливковом масле

1 кг моркови, 3 помидора, 1 стакан оливкового масла, тмин, 1 зубчик чеснока, 1 стручок острого перца, соль.

Подготовленную морковь нарезать кружочками, отварить в кипящей подсоленной воде. Обжарить в кастрюле в оливковом масле толченый чеснок, помидоры, тмин и стручковый перец, добавить к ним морковь и тушить на слабом огне 10 мин. Подавать морковь горячей.

Морковь, тушенная в молоке, с гренками

200 г моркови, 200 г гренков, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, 1 чайная ложка муки, /4 стакана молока, 1 ст. ложка муки, соль, сахар по вкусу.

Очищенную и вымытую морковь натереть на крупной терке или нарезать кубиками и тушить до мягкости в сливочном масле (или маргарине) и молоке. Заправить мукой, смешанной с молоком, прогреть, добавить соль и сахар. Подать пюре на блюде, окружив гренками, поджаренными на масле или маргарине.

Морковь, тушенная с черносливом и медом

3 моркови, 1/3 стакана молока, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки изюма, 1/2 стакана чернослива, 3—4 ст. ложки меда.

Морковь очистить, нарезать мелкими кубиками и тушить в молоке с маслом до полуготовности, затем добавить в нее изюм, заранее замоченный чернослив, мед и тушить до готовности.

Чернослив можно заменить курагой.

Морковь глазированная

1 кг моркови, 200 г меда, 100 г масла, вода, соль, мелко нарезанная зелень петрушки.

Растопить масло, добавить мед и нарезанную кусочками морковь, немного соли и воды. Тушить морковь под крышкой. Перед подачей на стол к готовой моркови добавить мелко нарезанную петрушку.

Морковь, тушенная с рисом

800 г моркови, 200 г риса, 4 ст. ложки масла, вода или бульон, соль, зелень петрушки.

Очищенную морковь нарезать кружочками или кубиками, обжарить в кастрюле с разогретым маслом, добавить промытый рис, залить горячим бульоном или водой, посолить и тушить под крышкой до готовности. Выложить на тарелку, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Морковь и корень сельдерея тушеные

500 г моркови, 3—4 корня сельдерея, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени, /з стакана воды.

Морковь и сельдерей нарезать тонкими ломтиками, положить в кастрюлю, влить масло, воду и тушить, закрыв крышкой, 6—7 мин, время от времени встряхивая кастрюлю, чтобы овощи не пригорели. При подаче посыпать зеленью.

Тушеная морковь с тертым сыром

800 г моркови, 50 г масла, 50 г сыра, соль.

Морковь очистить, нарезать соломкой, тушить до готовности в небольшом количестве подсоленной воды с жиром. Перед подачей полить растопленным сливочным маслом и посыпать тертым сыром.

Тушеная морковь под белым соусом

800 г моркови, 100 г масла, 1 ст. ложка муки, 1 стакан молока или сметаны, соль, сахар.

Морковь промыть, очистить, нарезать ломтиками. Половину нормы масла растопить в кастрюле, положить морковь, помешивая, обжарить; добавить немного воды и тушить до полуготовности под крышкой. Остальное масло, муку, молоко или сметану использовать для приготовления белого соуса. Тушенную до полуготовности морковь залить соусом, довести до готовности, добавить соль, сахар.

Вареники с морковью

400 г моркови, 80 г петрушки, сливочное масло для тушения моркови, 500 г теста для вареников (см. с. 18), 100 г сметаны, соль, сахар.

Морковь очистить, вымыть в холодной воде, натереть на крупной терке, добавить соль и сахар, потушить на сливочном масле до полуготовности. Массу охладить, добавить мелко нарезанную зелень петрушки, размешать. Сформовать и сварить вареники, подать со сметаной.

Морковь, жаренная по-французски

400 г моркови, 2 ст. ложки масла, укроп, петрушка.

Очищенную морковь нарезать ломтиками и слегка обжарить, укладывая порциями в один ряд на большую сковороду в закипевшее масло. Переложить на блюдо. Когда вся морковь будет слегка обжарена, положить ее на большую сковороду в закипевшее масло. Потряхивать и переворачивать на раскаленной плите до тех пор, пока вся морковь не подрумянится. Перед подачей на стол посыпать мелко нарезанной зеленью.

Яичница натуральная с морковью

2 моркови, 4 яйца, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка рубленых листьев молодой крапивы, соль.

На сковороде разогреть масло, положить крупно натертую морковь, выпустить яйца, посолить. Жарить до свертывания белков и незначительного загустения желтков. Подавать, посыпав зеленью крапивы.

Омлет с морковью

1 морковь, 6 яиц, 1 стакан молока, 1 ст. ложка сливочного масла, соль.

Морковь, нарезанную на кусочки произвольной формы, припустить в небольшом количестве молока (1/2 стакана) и сливочного масла, провернуть через мясорубку и смешать с яичной массой, подготовленной для омлета (яйца взболтать, посолить и размешать с 1/2 стакана молока). Смешанную с морковью яичную массу запечь на сковороде или на противне.

Биточки из моркови и консервированного зеленого горошка

4 моркови, 2 стакана зеленого горошка, 3 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1/2 стакана манной крупы, 4 ст. ложки топленого масла, соль, сметана, молотые сухари.

Морковь отварить, протереть вместе с консервированным зеленым горошком. Сварить густую манную кашу и смешать с ней полученную массу. Добавить сахар, соль и яйца, перемешать. Сформовать биточки, запанировать в сухарях и обжарить. Перед подачей полить сметаной.

Котлеты пшенные с морковью

300—400 г моркови, 1 /2 стакана пшена, 5 ст. ложек масла, 2 яйца, 3 ст. ложки молотых сухаре и, 4 стакана воды или молока, соль.

Морковь очистить, промыть, нарезать тонкими ломтиками, сложить в посуду, добавить немного сливочного масла и воды. Посуду накрыть крышкой и варить морковь при тихом кипении до готовности. Готовую морковь выложить в сито, дать стечь жидкости, измельчить, соединить с горячей крутой пшенной кашей, добавить яйца и хорошо перемешать. Массу разделать на котлеты, обвалять в сухарях, поджарить на сковороде с маслом. При подаче на стол полить маслом или сметаной.

Оладьи из моркови

350 г моркови, 1 яйцо, мука, масло для обжаривания.

Морковь очистить, промыть, натереть на мелкой терке, добавить яйцо и муку (сколько необходимо, чтобы получилось тесто для оладьев). Брать массу небольшими порциями и выкладывать на сковороду с раскаленным маслом, обжаривая с обеих сторон. Подавать с маслом или сметаной.

Оладьи из овсяных хлопьев с морковью

200 г моркови, 200 г овсяных хлопьев, 1 стакан молока, 100 г пшеничной муки, 3 яйца, сахар, соль, сметана, корица.

Морковь натереть на терке. Овсяные хлопья залить молоком, дать набухнуть, добавить яичные желтки, соль, сахар, тертую морковь, муку и последними ввести в массу взбитые белки. На разогретую с жиром сковороду ложкой наливать тесто и жарить с обеих сторон. Подавать со сметаной, корицей и сахаром.

• Для приготовления оладьев можно использовать отварную или сырую морковь.

Крокеты из моркови и изюма

400 г моркови, 100 г молока, 45 г манной крупы, 60 г изюма, 2 чайные ложки сахара, 1/3 чайной ложки соли, 2 яйца, 3 ст. ложки белых молотых сухарей, 45 г топленого масла, 150 г жидкого молочного соуса.

Очищенную и промытую морковь натереть на терке, положить в посуду с молоком и припустить до полуготовно-сти. Добавить манную крупу, промытый изюм, соль, сахар и довести до готовности в закрытой посуде. В оставшуюся массу влить одно сырое яйцо и добавить второе — сваренное вкрутую, рубленое, перемешать с морковью. Массу разделать на порции, панировать в сухарях, придавая форму шариков. Жарить крокеты во фритюре. Отдельно подать молочный соус.

Запеканка из моркови и фасоли

4 моркови, 1/4 стакана фасоли, 50 г сливочного масла, 1 яйцо, 2 ст. ложки молотых сухарей, 1/2 стакана сметаны, соль и сахар.

Очищенную и промытую морковь мелко нарезать и припустить. Отдельно сварить фасоль и протереть. Продукты смешать и добавить яйцо, масло, молотые сухари, соль, сахар. Тщательно перемешанную массу выложить на смазанную маслом и посыпанную сухарями сковороду или противень. Поверхность массы смазать сметаной. Запечь в духовке. Перед подачей нарезать запеканку на порции и полить сметаной.

Запеканка из моркови и изюма

100 г моркови, 1 стакан пшеничных толченых сухарей, 100 г изюма, 1 стакан воды, 3 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка сливочного масла.

Морковь очистить, нарезать кубиками и слегка потушить в небольшом количестве воды, затем порубить, добавить масло, сахар, распаренный изюм и использовать как фарш для запеканки. Толченые пшеничные сухари залить горячей водой, добавить яйца и масло. Всю массу хорошо размешать, половину ее положить в сковороду, смазанную маслом, затем положить морковный фарш, закрыть остальным количеством сухарной массы и запечь в нагретой духовке.

Запеканка из моркови и риса

300 г моркови, 200 г риса, 100 г масла, 100 г сахара, яблоки, изюм, 3 яйца, 2 стакана молока, щепотка ванилина.

Сварить из риса густую кашу на молоке, добавить масло, сахар, яичные желтки, натертую на терке морковь, ванилин, промытый и обсушенный изюм, нарезанные дольками яблоки, перемешать. Ввести в массу взбитые белки, выложить ее в смазанную жиром форму и запечь в духовке. Готовая запеканка должна отставать от краев формы. Подавать с фруктовым соусом.

Запеканка из моркови и творога

4 моркови, 3 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана минной крупы, 1,5 стакана молока, 4 яйца, 1 стакан творога, 4 ст. ложки молотых сухарей, 4 ст. ложки сметаны, соль и сахар,

Морковь очистить, промыть, нарезать кусочками и припустить с небольшим количеством воды и сливочного масла, затем пропустить через мясорубку. Сварить густую манную кашу на молоке, соединить с морковью, добавить творог, сырые яйца, соль и сахар, все перемешать. Форму смазать сливочным маслом, посыпать сухарями, выложить на нее слоем 6—7 см полученную массу, разровнять, посыпать сухарями, полить растопленным сливочным маслом и запечь в нагретой духовке. Подать со сметаной.

Бабка морковная с зеленым горошком

3 моркови, 1 стакан зеленого горошка, 50 г сливочного масла, 2 яйца, 2 ст. ложки манной крупы, 1 стакан молока, 2 ст. ложки молотых сухарей, 1 стакан сметаны, соль, сахар.

Сырую морковь очистить, промыть, нарезать кубиками, смешать с консервированным зеленым горошком и пропустить через мясорубку. Сваренную на молоке манную кашу, яйца, соль и сахар добавить в массу, размешать и уложить в форму, смазанную сливочным маслом и посыпанную

сухарями. Сверху массу также смазать маслом и посыпать сухарями. Выпекать в нагретой духовке до готовности. При подаче полить сметаной.

Морковь в формочках

800 г моркови, 1 стаканмолока, соль, зелень, 2 ст. ложки растительного масла, 1 яйцо, 4 ст. ложки молотых сухарей.

Очищенную морковь натереть на мелкой терке, добавить взбитое яйцо, сухари, мелко нарезанную зелень, соль, молоко. Наполнить массой смазанные жиром формочки, поместить их в посуду с водой и держать в нагретой духовке примерно 20 мин. Формочки вынуть, опрокинуть в порционную посуду или на общее блюдо.

Пудинг из моркови

3 моркови, 1/2 стакана молока, 2 ст. ложки манной крупы, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки молотых сухарей, 1/2 стакана сметаны, соль.

Очищенную морковь мелко нарезать и припустить в небольшом количестве воды. Сварить густую манную кашу на молоке, положить в нее сахар, масло, яичные желтки, соль и смешать с припущенной морковью. На холоде тщательно взбить веничком яичные белки, осторожно соединить их с подготовленными продуктами. Массу выложить на смазанный жиром и посыпанный сухарями противень, в сотейник или другую специальную форму и поставить в нагретую духовку. Пудинг, уложенный в форму, можно варить и на пару и из формы при подаче вынуть и нарезать, а пудинг, запеченный на противне или в сотейнике, нарезать, не вынимая.

Сметану к пудингу подать отдельно.

Пудинг из моркови и яблок

400 г моркови, 400 г яблок, 80 г пшеничного хлеба, 25 г масла, 120 г молока, 1 яйцо, 60 г сахара, 20 г раствора соли.

Очищенную морковь натереть на терке и тушить с водой, маслом и сахаром (5 г). Мякиш пшеничного хлеба разрезать на кусочки, залить холодным молоком, дать набухнуть, после чего размять вилкой. Тушеную морковь и размятый хлеб соединить, прибавить сырые натертые яблоки, желток, хорошо перемешать, затем ввести тщательно взбитый белок, соль. Приготовленную массу положить в форму, смазанную маслом и посыпанную сахарным песком. Накрыть крышкой и варить на водяной бане 40—45 мин.

Бисквитный пирог с повидлом и морковью

Для теста: 1 стакан муки, 1 стакан сахара, 8 яиц, ванилин на кончике ножа, 2 ст. ложки воды. Для начинки: 100 г повидла, 2 моркови, 1/2 стакана воды, ванилин на кончике ножа.

Приготовить начинку. Очищенную морковь натереть на крупной терке, добавить воду, ванилин, довести до кипения, охладить, смешать с повидлом.

Приготовить бисквитное тесто. Яйца смешать с сахаром, влить воду, взбить до получения однородной пышной массы, на поверхности которой остается след от веничка. Чтобы масса легче взбивалась, ее можно слегка подогреть (до 40—50° С). Во взбитую массу, интенсивно перемешивая, быстро добавить муку (если тесто долго замешивать, оно осядет и изделие получится плотным). Готовое тесто вылить на противень, выстланный бумагой, слоем 2—3 см и выпечь в духовке в

течение 10—15 мин. С готового бисквита сразу удалить бумагу, разрезать пласт на две части, подровнять (обрезки можно использовать для приготовления крошки), на нижний пласт уложить начинку, сверху положить второй паст, смазать поверхность сметаной, украсить дольками овощей, фруктов, ягодами. Бока пирога отделать бисквитной крошкой.

Бисквитный пирог с морковью и орехами

Для теста: 1 стакан муки, 1 стакан секира, 8 яиц, ванилин па кончике ножа, 2 ст. ложки коды. Для начинки: 4 моркови, 2 ст. ложки рубленых ядер грецких орехов, 1/2 стакана воды.

Способ приготовления бисквитного теста и самого бисквита см. в рецепте «Бисквитный пирог с повидлом и морковью».

Для приготовления начинки морковь натереть на мелкой терке, ядра орехов мелко нарубить, добавить воду, довести до кипения, охладить. Уложить начинку на нижний пласт разрезанного готового бисквита, сверху положить второй пласт. Поверхность и бока смазать сметаной и посыпать бисквитной крошкой.

Пирог с морковью и сметаной

4 моркови средней величины, 200 г пшеничного хлеба или 150 г сухарей, 1 /2—2 стакана воды или молока, 2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1 стакан сметаны, 1 чайная ложка растительного масла (для смазывания формы).

Очищенную и вымытую морковь слегка потушить в небольшом количестве воды или молока, затем измельчить, добавить половину сметаны, сахар и использовать как фарш для пирога. Пшеничный хлеб или молотые сухари залить теплой водой или молоком, дать им набухнуть, добавить яйца и сметану. Хлебную массу тщательно размешать, половину ее выложить на сковороду, смазанную растительным маслом, затем положить морковный фарш, закрыть остальным количеством хлебной массы, смазать сметаной. Запечь в нагретой духовке.

• При желании в морковь можно добавить курагу или яблоки.

Пирожки с морковью и сыром

Для теста: 1,5 стакана муки, 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки свежих дрожжей, 1 ст. ложка сахара, 1 чайная ложка соли, 2 ст. ложки растительного масла, 1,5 стакана фарша. Для фарша: 200 г сыра, 2—3 моркови, 3 яйца, 2 ст. ложки мелко нарезанного укропа. Для приготовления фарша очищенную морковь натереть на терке, добавить сырые яйца, мелкие кусочки сыра. Смесь проварить на водяной бане 5—7 мин до загустения яйца. Охладить, добавить зелень укропа.

Замесить дрожжевое тесто, выбить его на разделочной доске, поставить для брожения. Выбродившее тесто выложить на стол, посыпанный мукой или смазанный растительным маслом, сформовать из него небольшие шарики и оставить на 10—15 мин в теплом месте для расстойки. Затем раскатать шарики в тонкие лепешки, положить на них как можно больше начинки, защипать края. Пирожки уложить на сухой противень, снова дать расстояться 10—15 мин и затем выпечь в духовке при температуре 200—200° С в течение 20—25 мин. Горячие пирожки переложить на блюдо и смазать растительным маслом.

Ватрушки с морковью

Для фарша: 4 моркови, 1/2 стакана сметаны, 1/2 стакана сахара, 2 яйца, 3 ч. ложки сухой лимонной цедры. Для теста: 1,5 стакана муки, 75 г сливочного масла, 3 ст. ложки сахара, 1/2 стакана сметаны, 15—20 г дрожжей, 1 яйцо.

Морковь отварить или испечь в духовке, затем мелко нарезать, перемешать с сахаром, сметаной, мелкорубленым крутым яйцом и цедрой. Дать приготовленной массе немного постоять, чтобы впитались сахар и сметана, затем влить в нее взбитое сырое яйцо, перемешать и начинить ею тесто. Для приготовления теста дрожжи развести в сметане и смешать их с сахаром. Замесить тесто, прибавить взбитое яйцо и масло. Если тесто окажется крутым, добавить 1—2 ст. ложки молока, дать подойти. Разделать тесто на небольшие лепешки величиной с блюдце, начинить морковной массой, завернуть конвертом, как открытые ватрушки. Выпечь на противне, смазанном маслом, в хорошо нагретой духовке.

Лепешки с морковью

2 моркови, 1.5 стакана муки, 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки свежих дрожжей, 1 чайная ложки соли, 1 ст. ложка сахара, 3 ст. ложки растительного масла.

Очищенную морковь натереть на крупной терке. Замесить дрожжевое безопарное тесто, добавить морковь, выбивать 5—10 мин, поставить для брожения на 1—2 ч, после чего снова выбивать 5—10 мин. Из выброженного теста сформовать лепешки и выпечь их на противне при температуре 200—220° С. Горячие лепешки смазать растительным маслом.

Блинчики с морковью и творогом

Для теста: 1 стакан муки, 1 стакан молока, 2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 4 ст. ложки растительного масла, соль. Для начинки: 400—500 г моркови, 500 г творога, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки маргарина, 2 яйца, ванилин.

Приготовить начинку: морковь натереть на мелкой терке, смешать с маргарином. Творог протереть, положить сахар, яйца, ванилин, тертую морковь, перемешать.

Для приготовления теста яйца растереть с сахаром и солью, добавить 1/3 молока, растительное масло, всыпать муку и замесить тесто, разминая все комочки. Постепенно влить оставшееся молоко, размешать до однородной жидкой массы (если будут комочки -процедить сквозь сито). Оставить на 20—30 мин. На чугунную сковороду, смазанную маслом, налить тонким слоем тесто и обжарить с одной стороны. Затем на обжаренную сторону положить фарш, свернуть блин в виде конверта и обжарить с другой стороны. Подавать с маслом, сметаной, вареньем.

Печенье песочное с морковью

3 моркови, 1.5 стакана муки, 4 ст. ложки маргарина (слив. масла), 4 ст. ложки сахара, 1 яйцо, сода пищевая на кончике ножа, соль.

Морковь тщательно промыть, натереть на крупной терке прямо с кожицей, ввести в песочное тесто, быстро перемешать. Тесто охладить, раскатать в пласт, вырезать из него изделия разной формы и впечь на противне в нагретой духовке.

Приготовление песочного теста.

Маргарин (или сливочное масло) тщательно размягчить (можно использовать миксер или деревянный пестик), добавить сахар, яйцо, соду, соль и взбить массу до однородной консистенции. Всыпать муку, добавить морковь и быстро, в течение 3—5 мин, замесить тесто (от долгого перемешивания тесто затягивается и изделия получаются плотными). Для ароматизации можно добавить ванилин или лимонную цедру.

• Готовое песочное тесто должно иметь однородную, пластичную консистенцию.

Трубочки с морковным кремом

Длятеста: 1 /2 стакана воды, 2 стакана муки, 150 г сливочного масла или маргарина, 8 яиц, соль. Для начинки: 4 моркови, 100 г сливочного масла, 1 ст. ложка сахара, 4 ст. ложки воды.

Приготовить начинку: морковь натереть на мелкой терке, добавить масло, сахар, воду, тщательно перемешать, довести до кипения, охладить.

Приготовление заварного теста. В посуду налить воду, добавить соль, сливочное масло или маргарин, нагреть смесь до кипения, всыпать просеянную муку и проварить 2—4 мин при постоянном помешивании. Хорошо проваренная масса должна легко отделяться от стенок посуды. Постепенно вбить яйца, непрерывно вымешивая и взбивая. Готовое тесто должно быть однородным, без комочков, хорошо держаться на взбивалке, иметь блестящую поверхность. Если тесто получилось очень густым, в него нужно добавить немного яиц, снова перемешать и взбить, а если жидким — очень осторожно подогреть до загустения.

Выложить тесто в кондитерский мешок и отсадить на противень в виде палочек длиной 8—10 см. Готовые трубочки охладить, разрезать пополам, наполнить морковным кремом, половинки соединить.

Кекс морковный

2 моркови, 50 г маргарина, 1/2 стакана сахара, 3 яйца, 2 стакана муки, сода пищевая на кончике ножа, соль.

Маргарин растереть с сахаром и яйцами, добавить тертую морковь, взбивать 5—6 мин, всыпать муку, пищевую соду, соль и быстро перемешать. Выпекать кекс в небольших, смоченных водой формочках 25—30 мин при температуре 170—190° С.

Кольца со сметанным кремом и морковью

3 моркови, 1/2 стакана сметаны, 4 ст. ложки воды, ванилин, 1 ст. ложка сахара.

Способ приготовления заварного теста см. в рецепте «Трубочки с морковным кремом». Тесто отсадить на смоченный водой противень в виде колец. Выпеченные кольца охладить и разрезать вдоль на две половинки.

Морковь натереть на мелкой терке, добавить сахар, воду, довести смесь до кипения, охладить, добавить сметану, ванилин, взбить. Наполнить этим кремом половинки колец, соединить с другими половинками, придав форму целых колец.

Мусс морковный

300 г моркови, 1/2 лимона, 3 яичных белка, сахар, 1 ст. ложка масла.

Морковь натереть на терке и тушить с маслом. Стереть на терке цедру с лимона и добавить ее в морковь вместе с сахаром и лимонным соком (по вкусу). Белки взбить, добавить в них остывшее морковное пюре. Подать мусс сразу после приготовления с молоком или ванильным соусом.

• При хранении структура мусса разрушается, поэтому рекомендуется при взбивании добавить разведенный желатин.

Каша манная с морковью

500 г моркови, 2 ст. ложкимасла, 1 л молока, 3 ст. ложки манной крупы, соль, сахар, щепотка ванилина.

Очищенную морковь натереть на терке, потушить с маслом, добавить молоко, довести до кипения, всыпать манку, соль, сахар, ванилин и варить, помешивая. Подавать кашу горячей с маслом или остывшей с джемом.

Каша гречневая с морковью

3 моркови, 1 стакан гречневой крупы, 1 стакан молока, 2 стакана воды, 4 ст. ложки сливочного масла, соль.

Гречневую крупу перебрать, промыть, залить горячей соленой водой, тщательно перемешать, довести до кипения, проварить 3—5 мин, добавить натертую на крупной терке морковь и влить молоко — так, чтобы слой моркови с молоком был сверху. Кашу не перемешивать! Довести все до кипения и настаивать при закрытой крышке 30—40 мин. Перед подачей на стол кашу снова довести до кипения, осторожно перемешать, ввести масло.

Каша пшенная с морковью

3 моркови, 1 стакан пшенной крупы, 3 стакана воды, 4 ст. ложки сливочного масла, соль.

Пшенную крупу перебрать, промыгть и замочить на 2—3 ч в холодной воде. Замоченную крупу , не сливая воду, поставить на огонь, довести до кипения, проварить 5—6 мин, положить соль, нашинкованную соломкой морковь, снова довести до кипения и оставить для настаивания с закрытой крышкой на 20—30 мин. Подавать кашу с маслом.

Морковное пюре с крапивой

4 моркови, 1 стакан измельченной молодой крапивы, 1 стакан молока, 2 ст. ложки растительного масла, соль.

Молодую крапиву перебрать, мелко порубить. Морковь очистить, промыть, натереть на мелкой терке, смешать с измельченной крапивой, растительным маслом, посолить. Овощи залить молоком, поставить на огонь и быстро довести до кипения. Можно подавать и в холодном и в горячем виде.

Морковное пюре с изюмом

400—500 г моркови, 2 ст. ложки изюма, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки сливок, 1 ст. ложка лимонного сока. Морковь натереть на крупной терке, добавить промытый изюм, лимонный сок и проварить 5—7 мин. Сливки взбить с растительным маслом и полить этой смесью морковь.

Морковно-творожное пюре

4 моркови, 1 стакан творога, 1/2 стакана сметаны, 2 ст. ло.жки сахара. Очищенную морковь натереть на терке и смешать со свежим творогом. Добавить сахар. Заправить сметаной.

Суфле из моркови и хлеба

4 моркови средней величины, 200 г пшеничного хлеба, 1 стакан молока, 2 яйца, 1/2 стакана сметаны, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка маргарина, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сахара, соль, панировочные сухари.

Сварить морковь в небольшом количестве подсоленной воды. Пшеничный хлеб нарезать, залить горячим молоком, дать остыть, протереть. Растереть желтки с сахаром, смешать с протертым хлебом, добавить протертую вареную морковь и сметану, муку, соль, масло и взбитые белки. Осторожно перемешать, выложить на сковороду, смазанную маргарином и посыпанную панировочными сухарями, поставить в нагретую духовку, чтобы суфле поднялось и подрумянилось. К суфле подать масло, сметану или ряженку.

Суфле из моркови с сыром

400 г моркови, 3 ст. ложки тертого сыра, 100 г мякиша белого хлеба, 1/2 стакана молока, 1/2 стакана сливок, 4 яйца, 1 ст. ложка пшеничной муки, 4 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки молотых сухарей, соль и сахар.

Морковь очистить, промыть, мелко нарезать и тушить в масле до готовности. Протереть морковь через сито. Мякиш белого хлеба намочить в молоке, отжать, протереть через сито, соединить с морковным пюре, добавить пшеничную муку, сырые желтки, соль, сахар, сливки, взбитые веничком в пышную пену. Затем влить взбитые белки, вымешать. Форму смазать сливочным маслом, посыпать сухарями, заполнить подготовленным суфле, разровнять, смазать желтком, посыпать тертым сыром, побрызгать маслом и запечь в духовке до золотистого цвета.

Морковный коктейль

500 г моркови, 200 г сливок, 1/2 стакана воды, мед или сахар.

Очищенную морковь натереть на терке, добавить кипяченую воду, выжать сок. Сливки взбить с медом или сахаром. Соединить сок со взбитыми сладкими сливками. Полученный коктейль разлить в стаканы. Коктейль также можно взбить в миксере.

Морковный кисель

400 г моркови, 1 л воды, 100 г сахара, 1 стакан ягодного сока, 3 ст. ложки картофельного крахмала, лимонная и апельсиновая цедра.

Вскипятить воду, добавить морковь, натертую на крупной терке, и варить до готовности, затем добавить сахар, специи и разведенный соком крахмал. Помешивая, прогреть, вылить в посуду, посыпать сахаром. Подавать кисель охлажденным с молоком,

Молочный кисель из моркови

500 г моркови, 0,75 л молока, сахар, щепотка ванилина, 3 ст. ложки картофельного крахмала.

Очищенную морковь натереть стружкой, положить в кастрюлю и тушить в небольшом количестве воды до готовности, затем добавить сахар, ванилин, разведенный в холодном молоке крахмал. Проварить, вылить в мелкую посуду, посыпать сахаром. Остывший кисель подавать с ягодным соусом, например с соусом из крыжовника.

Для приготовления соуса из крыжовника потребуется 1/2 стакана пюре крыжовника (используют обычно неспелые, зеленые ягоды), 1/2 стакана яблочного сока, соль, молотый перец, сахар. Крыжовник тушить в небольшом количестве воды до разваривания, массу протереть через сито, смешать с яблочным соком, добавить соль, сахар, перец.

Морковно-лимонный сок

500 г моркови, 1 л воды, лимон, сахар или мед.

Снять с лимона цедру, мелко нарезать, залить водой, добавить сахар, проварить, дать остыть. Морковь натереть на терке, залить отваром цедры, размешать, выжать сок, добавить лимонный сок и сахар (можно мед).

Квас из свежей моркови

На 3 л кваса: 150—200 г моркови, 1 стакан сахара, 20 г прессованных дрожжей, 150—200 г ржаного хлеба, 1—2 г лимонной кислоты, 3 л кипяченой воды.

В стеклянную банку положить натертую свежую морковь, поджаренные до коричневого цвета корочки ржаного хлеба. Залить все теплой кипяченой водой и оставить для настаивания на 10 ч. После настаивания жидкость отцедить, добавить разведенные в теплой воде дрожжи, сахар и снова поставить для брожения на 10—12 ч. В квас можно добавить лимонную кислоту.

Квас из вареной моркови

На 3 л кваса: 200 г моркови, 200 г хлеба, 25 г прессованных дрожжей, 1/2 стакана меда или сахара.

Настой ржаных сухарей соединить с настоем или отваром моркови, охладить до комнатной температуры, добгзить дрожжи, сахар или мед и оставить для брожения на 10—12 ч.

Квас из сушеной моркови

100 г сушеной моркови, 200 г сахара, ванильный сахар, 10 г дрожжей, 1/2 лимона, 1 л воды.

Сушеную морковь залить горячей водой и дать настояться 2 ч. Процедить. В настой добавить сахар, лимонный сок, дрожжи и оставить на 4—5 ч для брожения. Когда квас начнет пениться, влить растворенный в кипяченой воде ванильный сахар (на кончике ножа). Поставить в холодное место на 12 ч.

Свекла. Рецепты блюд и изделий из свеклы

Салат из сырой свеклы с яблоками и хреном

2 свеклы средней величины, 2 яблока, хрен, лимонный сок, сметана, соль.

Свежие яблоки натереть стружкой, свеклу и хрен натереть на мелкой терке. Все смешать, заправить сметаной и специями по вкусу.

Салат из свекольной ботвы

200 г листьев молодой свеклы, 2 луковицы, 4 ст. ложки растительного масла, 1/2 стакана воды, соль.

Свекольные листья перебрать, промыть, отделить от черешков, нарезать соломкой. Черешки порубить, проварить 2—3 мин, вынуть из отвара, охладить. Листья посолить, слегка помять их, дать постоять в прохладном месте 15—20 мин. Смешать листья с отварными черешками, посыпать мелко нарезанным репчатым луком и полить смесью растительного масла и отвара.

Салат из свеклы и редьки

2 свеклы средней величины, 2 небольшие редьки, 1/2 стакана кислого сока, сахар или мед, тмин или семена укропа.

Свеклу и редьку вымыть, очистить, натереть, добавить сок (клюквенный, яблочный, лимонный, из смородины или ревеня), заправить сахаром или медом, добавить тмин или семена укропа.

Салат из свеклы с изюмом

3 свеклы, 2 ст. ложки изюма, 2 головки зеленого лука с перьями, 2 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки кефира нежирного, 1/2 стакана воды, лимонная кислота.

Очищенную промытую свеклу нашинковать соломкой, поместить в кастрюлю с водой, добавить тщательно промытый изюм, лимонную кислоту. Довести до кипения, охладить. Добавить нарезанный зеленый лук, залить смесью майонеза с кефиром.

Салат из красной вареной свеклы с маринадом

800 г красной вареной свеклы, 200 г маринада (2 части растительного масла, 1 часть лимонного сока или разбавленного уксуса, соль и перец по вкусу).

Растительное масло перемешать с лимонным соком или уксусом, добавить немного соли. Нарезанную свеклу заправить маринадом, посолив и поперчив.

Салат из свеклы и капусты по-чешски

1 кг свеклы, 1 кг белокочанной капусты, 200 г лука репчатого. Длязаливки: 1 л воды, 0,9 л уксуса столового, 200 г сахара, 120 г соли. Свеклу средней величины вымыть и сварить до мягкости, очистить и нарезать соломкой. Капусту нашинковать, лук нарезать кольцами. В кипящей воде растворить соль и сахар, добавить уксус и варить нарезанные овощи 10 мин. В горячем виде переложить в банки, залить маринадом и стерилизовать.

Горячий салат из свеклы

Для приготовления салата можно взять свеклу, отваренную целиком или запеченную в духовке, очищенную и нарезанную стружкой.

В кастрюле растопить жир (растительное масло, маргарин, сливочное масло), добавить свеклу, слегка обжарить, добавить горячую воду или бульон (так, чтобы только покрыть свеклу) и немного лимонной кислоты или уксуса для сохранения цвета свеклы, а также тмин для вкуса. Тушить в закрытой кастрюле. Когда свекла станет мягкой, добавить смешанную со сметаной муку, соль. Помешивая, прокипятить, добавить лимонную кислоту, сахар по вкусу.

• Салат должен быть кисло-сладким.

Свекла с клюквой

400 г вареной свеклы, 1/2 стакана клюквы, 100 г сметаны, соль, сахар.

Очищенную варенную свеклу натереть, добавить молотую массу клюквы, сметану, соль и сахар.

Свекла в яично-клюквенном соусе

500 г вареной свеклы, 2 желтка сваренных вкрутую яиц, 1 чайная ложка горницы, 100 г сметаны, клюквенный сок, соль, сахар, зелень.

Вареную свеклу очистить, нарезать или натереть на крупной терке. Желтки протереть через сито, добавить горчицу, сметану, клюквенный сок, соль, сахар (готовый соус должен иметь консистенцию кефира). Залить свеклу приготовленным соусом, слегка перемешать двумя вилками, посыпать нарезанной зеленью.

Свекольная масса со сметаной и хреном

500 г свеклы, 1 ст. ложкамуки, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, 50 г хрена, соль, сахар, лимонная кислота по вкусу, 100 г сметаны или кефира.

Вымытую, отваренную в кожуре свеклу очистить и натереть на крупной терке. Сливочное масло или маргарин растопить, перемешать с мукой, разбавить сметаной или кефиром. Положить в этот соус свеклу, свеженатертый хрен, соль и сахар по вкусу, подкислить уксусной кислотой или тертым соленым огурцом, массу вскипятить, перемешивая.

• Особенно вкусна приготовленная таким способом зимняя свекла, хранившаяся в погребе.

Ботва ранней свеклы с орехами

500 г ботвы, 1/4 стакана очищенных орехов, 2 дольки чеснока, 300 г репчатого лука, 3—4 веточки укропа, фруктовый уксус, стручковый перец, соль.

Ботву вымыть, положить в кастрюлю, добавить 1 стакан кипящей воды и варить 40 мин. Готовую ботву откинуть на дуршлаг и, когда остынет, отжать и нарезать. Орехи истолочь, добавить истолченный чеснок и стручковый перец, соль, нашинкованный репчатый лук, нарезанный мелко укроп. Перемешать все с подготовленной свекольной ботвой и полить фруктовым уксусом.

Свекла с кизилом

4 свеклы средней величины, 1/2 стакана сушеного кизила, 2 луковицы, 1—2 веточки петрушки, 1 ст. ложка измельченой мяты, соль.

Свеклу вымыть, испечь, очистить и нарезать кружочками. Тем временем сварить сушеный кизил и протереть вместе с отваром через сито или дуршлаг, чтобы получилась масса средней густоты. Добавить очень мелко нашинкованный репчатый лук, мелко нарезанную зелень петрушки, мяту, соль, приготовленную свеклу, все хорошо перемешать.

Свекла с черносливом

3 свеклы средней величины, 1 стакан чернослива, 3 ст. ложки оливкового масла, 2 ст. ложки сахара, 1 стакан кипятка.

Свеклу испечь, очистить, нарезать в виде лапши, полить оливковым маслом. Чернослив вымыть, залить крутым кипятком так, чтобы вода его покрыла, и добавить сахар. Как только чернослив станет мягким, вынуть его и положить в свекольную лапшу, хорошо перемешать, добавить черносливовый отвар по вкусу.

Свекольное пюре с яблоками

900 г свеклы, 400 г яблок, 25 г сливочного масла, 25 г сахара, 220 г сметанного соуса, 300 г пшеничного хлеба для крутонов. Для сметанного соуса: 1 стакан сметаны, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла.

Приготовить сметанный соус: муку слегка прожарить с маслом и развести 1/2 стакана овощного отвара и сметаной. Вымытую свеклу испечь или сварить, очистить и пропустить через мясорубку.

Яблоки запечь, протереть, смешать со свеклой, маслом, сахаром, сметанным соусом и тушить 8 — 10 мин.

Свекла печеная с орехами и чесноком

4 свеклы средней величины, 3/4 стакана очищенных грецких орехов, 3 дольки чеснока, 1/4 стакана фруктового уксуса, 1 ст. ложка растительного масла, зелень петрушки, стручковый перец и соль.

Свеклу вымыть, испечь, очистить от кожуры и очень мелко нарезать. Очищенные грецкие орехи, соль, чеснок, стручковый перец хорошо истолочь, развести во фруктовом уксусе, соединить все это с нарезанной свеклой, хорошо перемешать, добавив растительное масло, и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Свекла с творогом

250 г вареной свеклы, соль, 1/2 чайной ложки тмина, 150 г творога, 1/2 стакана молока.

Очищенную вареную свеклу натереть на мелкой терке, перемешать с тмином, посолить и добавить растертый с молоком творог.

• При желании можно добавить сахар.

Свекла, тушенная по-французски

400 г свеклы, 20 г растительного масла, 100 г красного вина, чеснок, соль, черный перец по вкусу.

Вымытую и очищенную свеклу нарезать кружочками и потушить с растительным маслом, красным вином, растертым с солью чесноком и черным перцем.

• Чтобы блюдо было густым, в конце тушения можно добавить обжаренную муку.

Свекольные кубики с орехами

600 г свеклы, 80 г растительного масла, 120 г грецких орехов, 2 яйца, 1 помидор, 1 свежий огурец, 40 г зелени, соль, перец.

Очистить и вымыть свеклу, нарезать кубиками, положить в кастрюлю с растительным маслом и тушить 15 мин. После охлаждения соединить с истолченными с солью грецкими орехами. Подать, украсив зеленью, ломтиками огурца, яиц, помидора.

Свекольная икра

4 свеклы средней величины, 1 головка репчатого лука, 1 чайная ложка сахара, 2 ст. ложки томата - пасты, 3 ст. ложки подсолнечного масла, соль, перец.

Свеклу испечь, очистить, натереть на терке, смешать с натертым на терке репчатым луком, посолить и поперчить. Добавить сахар, томат-пасту, перемешать, выложить на сковороду и жарить на слабом огне на подсолнечном масле 30 мин.

Икра из свеклы с черносливом

400 г свеклы, 400 г чернослива, 40 г масла сливочного или растительного, 40 г томата-пасты, лимонная кислота, соль.

Свеклу очистить, натереть на мелкой терке или пропустить через мясорубку вместе с размоченным черносливом. В небольшую алюминиевую кастрюлю положить масло, сверху выложить подготовленную свеклу и, помешивая, тушить 12 мин. Остудить, соединить с томатом-пастой, лимонной кислотой, посолить и подать к столу.

Икра из свеклы с ревенем

200 г вареной или печеной свеклы, 2 черешка ревеня, сливочное масло или сметана, сахар, соль.

Свеклу и черешки ревеня нарезать на кусочки и пропустить через мясорубку. Массу положить в кастрюлю, заправить сливочным маслом или сметаной, добавить сахар и соль, поставить на огонь и тушить 10 мин, часто помешивая. Перед подачей охладить.

Икра из свеклы по-кавказски

600 г свеклы, 1 стакан очищенных грецких орехов, 1/2 головки чеснока, 2 ст. ложки сахара, 1 ст. ложка подсолнечного масла, 2 ст. ложки уксуса, соль, зелень.

Свеклу испечь, охладить и очистить. Чеснок очистить, измельчить и растереть с солью в миске. Орехи пропустить через мясорубку в ту же миску, ложкой растереть с чесноком, подливая подсолнечное масло. Добавить пропущенную через мясорубку свеклу, сахар, соль, все хорошо перемешать. При подаче украсить листьями кинзы.

Икра из свеклы с солеными огурцами

400 г свеклы, 200 г соленых огурцов, 4 зубчика чеснока, 1 луковица, 2 ст. ложки растительного масла, уксус, соль, перец.

Вымытую свеклу сварить в кожуре, охладить и очистить. Соленые огурцы очистить от кожицы и семян. Репчатый лук слегка обжарить на растительном масле. Чеснок очистить. Все подготовленные

овощи пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, заправить растительным маслом и уксусом по вкусу.

Свекла жареная, запеченная в сметане

400 г свеклы, 1 стакан сметаны, 1 яйцо, 1 ст. ло.жка тертого сыра, 1 ст. ложка масла, мелко нарезанные укроп и петрушка, мука.

Свеклу испечь или сварить, порезать поперек ломтями, обвалять в муке, обжарить в масле. В глубокое огнеупорное блюдо, смазанное маслом и посыпанное мукой, положить слоями горячую свеклу, покрывая каждый слой сметаной, размешанной с яйцом, укропом и петрушкой. Сверху посыпать тертым сыром. Подрумянить в духовке.

Свекла, запеченная с луком и сметаной

6—8 шт, свеклы, 1—2 луковицы, 1/2 ст. ложки масла, 1 стакан сметаны, 1 ст. ложка муки, 2—3 ст. ложки 3%-ного уксуса, соль, перец.

Свеклу вымыть, испечь в духовке до готовности, остудить, очистить от кожицы, мелко нарезать и поджарить на слабом огне на сковороде с маслом. Одновременно очистить репчатый лук, нарезать и также поджарить на слабом огне, затем смешать со свеклой и жарить еще 5—7 мин, после чего добавить, помешивая, сметану с мукой, посолить, поперчить, влить уксус, довести до кипения и поставить на 15—20 мин в не очень горячую духовку для запекания.

Свекла, запеченная в яйце

4 свеклы средней величины, 3 ст. ложки пшеничной муки, 3 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана сметаны, 4 яйца, соль.

Свеклу испечь или сварить в воде, не очищая. Затем очистить, нарезать крупными дольками, запанировать в пшеничной муке, обжарить со сливочным маслом, залить подсоленной смесью сметаны с сырыми яйцами и запечь в духовке.

Запеканка из свеклы с манной кашей и творогом

4 свеклы средней величины, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана манной крупы, 1,5 стакана молока, 4 яйца, 1 стакан (150 г) творога, 4 ст. ложки молотых сухарей, соль, сахар, сметана.

Свеклу испечь, очистить и пропустить через мясорубку. Сварить густую сладкую манную кашу на молоке и соединить со свеклой. Творог протереть через сито, соединить со свеклой и манной кашей, добавить сырые яйца, соль, сахар и перемешать. В форму, смазанную сливочным маслом и посыпанную молотыми сухарями, выложить полученную массу слоем 6—7 см, разровнять, посыпать сухарями, полить сливочным маслом. Запечь в нагретой духовке. Готовую запеканку полить сметаной.

Пудинг свекольный с ливером

1 кг свеклы, 500 г ливера (желательно сердце и легкое), 3 яйца, 200 г сливочного масла, 6 ст. ложек молотых сухарей, соль, перец.

Свеклу испечь в кожуре, очистить, пропустить через мясорубку, посолить и поперчить. Разделить полученную массу на две порции. Дно и бока формы смазать сливочным маслом и посыпать тонким слоем сухарей. Положить одну порцию свеклы и смазать сверху тонким слоем масла. Отварить

ливер, затем пропустить через мясорубку, поперчить, добавить рубленое крутое яйцо, влить сырое яйцо и все хорошо перемешать. Полученную массу положить в форму (поверх свекольного слоя), смазать сверху тонким слоем масла. Положить вторую порцию свеклы, опять смазать сверху маслом и посыпать сухарями. Залить пудинг взбитым сырым яйцом и поставить в нежаркую духовку на 20—30 мин.

Свекла, фаршированная овощами

500 г свеклы, 1 морковь, 1 луковица, 1 помидор, 100 г соленых огурцов, 200 г сметаны, 2 ст. ложки 3%-ного уксуса, 1 ст. ложка растительного масла.

Свеклу сварить с добавлением уксуса (для сохранения ее цвета), очистить, ложкой вынуть середину. Лук и морковь мелко нарезать, слегка поджарить на растительном масле, добавить нарезанный помидор, мелко нарезанную мякоть вареной свеклы, нарезанные соленые огурцы, молотый перец и тушить, подливая воду. Этой массой нафаршировать свеклу, положить в сотейник, полить сметаной и запечь.

Свекла, фаршированная овощами по-другому

4 свеклы средней величины, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 репа, 1 луковица, 1/4 стакана вареного риса, 50 г сливочного масла, 4 ст. ложки молотых сухарей, 1/2 стакана сметаны или 1 стакан соуса.

Сварить свеклу в кожуре, очистить, сделать ложкой углубление и наполнить его фаршем. Фарш приготовить из нарезанных и поджаренных моркови, петрушки, репы, лука и вареного риса. Свеклу уложить на смазанный жиром противень или сковороду, посыпать сухарями, сбрызнуть жиром и запечь в духовке. Подать со сметаной или сметанным соусом (см. «Свекольное пюре с яблоками»).

• Перед запеканием свеклу можно посыпать терым сыром (4 ст. ложки).

Каша пшенная со свеклой

1 стакан пшенной крупы, 2 свеклы средней величины, 3 стакана воды, 4 ст. ложки растительного масла, соль.

Свеклу промыть, очистить, натереть на крупной терке.

Пшенную крупу замочить, поставить варить на 5—6 мин, добавить свеклу, соль, плотно закрыть кастрюлю крышкой и настаивать 20—30 мин. Подать кашу с растительным маслом.

Свекольная смесь

1 свекла, 1 морковь, 2 ст. ложки изюма, 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки яблочного повидла, лимонная кислота.

Очищенные морковь и свеклу нарезать соломкой, добавить промытый изюм, воду, яблочное повидло, лимонную кислоту. Довести смесь до кипения, проварить 5—6 мин, затем охладить. Можно добавить сахар.

Пюре свекольное с сушеными яблоками

4 свеклы средней величины, 1/2 стакана сушеных яблок, 2 стакана воды, лимонная кислота, соль.

Сушеные яблоки промыть, замочить на 40—60 мин, пропустить через мясорубку вместе с очищенной свеклой. Воду, в которой замачивались яблоки, профильтровать через марлю, довести до кипения, положить в нее соль, лимонную кислоту, пропущенные через мясорубку яблоки со свеклой. Смесь довести до кипения и охладить. Пюре подавать холодным.

• Можно добавить в пюре цедру лимона или апельсина.

Оладьи свекольные

2 свеклы средней величины, 1 стакан муки, 1 стакан молока, 1 ст. ло.жка сахара, 1 ст. ложка свежих дрожжей, 3 ст. ложки растительного масла, соль.

В подогретое до 30—40° С молоко положить дрожжи, сахар, соль, просеянную муку и замесить тесто. Добавить в тесто натертую свеклу и оставить его для брожения на 1—2 ч в теплом месте, обминая 2—3 раза, чтобы удалить избыток углекислого газа. Выбродившее тесто должно иметь хорошо выраженный кисловатый запах, густую консистенцию. Перед жарением тесто энергично обмять. На хорошо разогретой и смазанной маслом сковороде испечь оладьи, полить их разогретым маслом или маргарином.

Оладьи свекольные с сыром

2 свеклы средней величины, 1/2 стакана муки, 1/2 стакана молока, 100 г сыра, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка свежих дрожжей, 2 ст. ложки растительного масла, соль.

Приготовить тесто, как указано в предыдущем рецепте, ввести в него натертую на крупной терке свеклу, тертый сыр, растительное масло. Оставить для брожения на 1—2 ч в теплом месте, обминая 2—3 раза. Перед жарением снова обмять и выпечь оладьи на разогретой с маслом сковороде.

Блинчики со свекольной начинкой

Для теста: 1 стакан муки, 1 стакан молока, 2 яйца, 1 ст. ло.жка сахара, 4 ст. ложки растительного масла, соль. Для начинки: 4 свеклы средней величины, 3 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки.

Приготовить фарш: свеклу натереть на крупной терке, добавить растительное масло, потушить 5—7 мин, охладить, добавить мелко нарезанную зелень петрушки, майонез и перемешать.

Приготовить тесто: яйца растереть с сахаром и солью, добавить треть молока, растительное масло, всыпать муку и замесить тесто, разминая все комочки; постепенно влить оставшееся молоко, размешать до однородной жидкой массы (если остались комочки — процедить через сито) и оставить на 20—30 мин.

На сковороду, смазанную маслом, налить тонким слоем тесто и обжарить с одной стороны. На обжаренную сторону блинчиков положить фарш, свернуть и обжарить блинчики с другой стороны. Подавать с маслом, сметаной или вареньем.

Булочки со свеклой

3 свеклы средней величины, 1,5 стакана воды, 2 ст. ложки свежих дрожжей, 1 ст. ложка сахара, 1 чайная ложка соли, 3 ст. ложки растительного масла.

Свеклу очистить, пропустить через мясорубку. Приготовить тесто (см.«Оладьи свекольные»). Положить в тесто свеклу, перемешать и поставить для расстойки. Из выброженного теста

сформовать булочки, уложить их на сухой противень и выпекать в духовке, нагретой до 200—220° С, в течение 20—30 мин. Готовые булочки смазать растительным маслом.

Пирожки со свеклой и яблоками

Для теста: 1,5 стакана муки, 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки свежих дрожжей, 1 ст. ложка сахара, 1 чайная ложка соли, 2 ст. лож: ки растительного масла. Для начинки: 1 свекла, 2 яблока, 1 ст. ложка повидла или варенья.

Для приготовления начинки промытые яблоки без сердцевины нарезать ломтиками, очищенную свеклу натереть на крупной терке. Яблоки и свеклу перемешать с повидлом или вареньем.

Замесить дрожжевое тесто, выбить его на разделочной доске, поставить для брожения. Выбродившее тесто выложить на стол, посыпанный мукой, разделать на небольшие шарики и оставить на 10—15 мин в теплом месте для расстойки. Раскатать шарики в тонкие лепешки, на середину каждой лепешки положить как можно больше начинки, защипать края, пирожки уложить на сухой противень, снова дать расстояться 10—15 мин. Выпекать в духовке, нагретой до 200—220° С, в течение 20—25 мин. Горячие пирожки выложить на блюдо и смазать растительным маслом.

Пирожки со свеклой и клюквой

Для теста: 1,5 стакана муки, 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки свежих дрожжей, 1 ст. ложка сахара, 1 чайная ложка соли, 2 ст. ложки растительного масла. Для начинки: 1 свекла, 1/2 стакана клюквы, 2 ст. ло.жки сахара, 2 ст. ложки риса, 1/2 стакана воды, соль.

Клюкву перебрать, промыть, протереть через сито. Рис промыть, залить горячей соленой водой, довести до кипения, варить 3—5 мин, дать настояться 15—20 мин с закрытой крышкой; добавить протертую клюкву, сахар, измельченную на мелкой терке свеклу, довести смесь до кипения и охладить.

Способ приготовления теста и пирожков см. в предыдущем рецепте.

Пирожки со свеклой и изюмом

Для теста: 1/2 стакана муки, 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки свежих дрожжей, 1 ст. ложка сахара, 1 чайная ложка соли, 2 ст. ложки растительного масла. Для начинки: 2 свеклы, 2 ст. ложки изюма.

Приготовить начинку: свеклу натереть на крупной терке, добавить промытый и ошпаренный изюм, перемешать.

Способ приготовления теста и пирожков см. в рецепте «Пирожки со свеклой и яблоками».

Бисквитный пирог со свеклой и повидлом

Для теста: 1 стакан муки, 1 стакан сахара, 8 яиц, ванилин на кончике ножа, 2 ст. ложки воды. Для начинки: 2 свеклы, 100 г повидла, 1 ст. ложка лимонного сока, 1/2 стакана воды, гвоздика (или кардамон, или мускатный орех) на кончике ножа.

Для приготовления начинки свеклу натереть на крупной терке, влить воду, добавить измельченные пряности, лимонный сок и проварить при помешивании 3—4 мин, охладить. Смешать с повидом, взбивать 2—3 мин.

Приготовить бисквитное тесто. Для этого яйца смешать с сахаром, влить воду, взбить до получения однородной пышной массы (на поверхности должен оставаться след от веничка). Чтобы смесь легче взбивалась, ее можно слегка подогреть (до 40—50° С). Во взбитую массу, интенсивно перемешивая, добавить муку (если тесто долго замешивать, оно осядет и изделие получится плотным). Вылить подготовленное тесто слоем 2—3 см в противень, выстланный бумагой, и выпечь в нагретой духовке в течение 10—15 мин. С готового бисквита сразу удалить бумагу, разрезать пласт на две части, подровнять (обрезки использовать для приготовления крошки). На нижний пласт уложить начинку, сверху положить второй пласт. Можно смазать поверхность сметаной. Бока также смазать и отделать бисквитной крошкой.

• Если часть муки (25%) заменить картофельным крахмалом, бисквит получится более сухим.

Кекс свекольный

2 свеклы средней величины, 50 г маргарина, 1/2 стакана сахара, 3 яйца, 2 стакана муки, пищевая сода на кончике ножа, соль.

Маргарин растереть с сахаром и яйцами, смешать с натертой свеклой, взбивать 5—6 мин, ввести муку, пищевую соду, соль, быстро перемешать. Массу выложить в формочки, смоченные водой, и выпечь в духовке в течение 25—30 мин.

Печенье песочное со свеклой

1 свекла с ботвой, 1,5 стакана муки, 4 ст. ложки маргарина, 4 ст. ложки сахара, 1 яйцо, пищевая сода на кончике ножа, соль.

Свекольную ботву промыть и мелко нарубить. Свеклу тщательно промыть, удалить загрязненные, потемневшие места и пропустить через мясорубку вместе с кожицей. Приготовить тесто: маргарин тщательно размягчить, добавить сахарную пудру, яйцо, соду и взбивать до однородной консистенции. Ботву и свеклу смешать, ввести в песочное тесто вместе с мукой, быстро перемешать и охладить. Тесто раскатать, вырезать печенье, выпекать 10—12 мин в духовке, нагретой до 230° С.

• Для ароматизации можно использовать ванилин или лимонную цедру.

Свекла маринованная

1 кг свеклы, 2,5 стакана фруктового уксуса, 2,5 стакана воды, 1 чайная ложка соли, 10 горошин перца, 6 почек гвоздики, 2 лавровых листа, сахар.

Хорошо окрашенную свеклу промыть под струей воды щеткой, не очищая от кожуры и не срезая корешков, положить в кипящую воду, сварить и дать остыть в отваре. Затем свеклу очистить, нарезать небольшими ломтиками, сложить в банку, залить охлажденным маринадом. Покрыть банку пергаментной бумагой, завязать и хранить в прохладном сухом месте.

Для приготовления маринада влить в кастрюлю фруктовый уксус, воду, добавить сахар, соль, душистый или черный перец, гвоздику, лавровый лист, дать прокипеть, затем охладить.

Свекла, маринованная с черной смородиной

1 кг вареной свеклы, 250 г черной смородины. Для заливки: 1 л воды, 80—100 г столового уксуса, 60—80 г сахара, 30—35 г соли, по 8—10 почек гвоздики и душистого перца, корица.

Молодую свеклу с темноокрашенной мякотью тщательно вымыть, варить 30—40 мин, охладить, очистить и нарезать кубиками размером 1*1 см. Черную смородину перебрать, вымыть, дать стечь воде, смешать ягоды со свеклой и уложить в банки. Залить горячим маринадом и стерилизовать в кипящей воде.

Пол-литровые банки стерилизовать 8 мин, остальные — 10—15 мин.

Свекла квашеная

1 кг свеклы, 1 л воды, 30 г соли.

Свеклу тщательно очистить, вымыть, сложить в бочку или банку и залить 3%-ным рассолом, который должен покрывать свеклу слоем не менее 10—15 см, после того как она будет придавлена гнетом.

Квашение при комнатной температуре заканчивается примерно через 2 недели. За это время надо регулярно удалять с поверхности рассола и гнета сначала пену, затем плесень. Готовая квашеная свекла приобретает бледный цвет и становится мягкой (ее можно сжать в кулаке). Рассол становится темно-бордовым, кисло-сладким и чуть солоноватым на вкус.

• Для квашения берется только здоровая (невялая, без повреждений) свекла малой и средней величины, темно-красного (бордового) цвета. Свекла светлоокрашенная, с белыми прожилками и кольцами совершенно непригодна для квашения. Лучшими для квашения считаются сорта Египетская и Бордо.

Напиток свекольный

На 1 л напитка: 500 г свежей свеклы, 80 г сахара, лимонная кислота.

Измельчить тщательно вымытую и очищенную сырую свеклу, залить охлажденной кипяченой водой и в закрытой посуде оставить на 10—12 ч. Процедить, добавить лимонную кислоту и сахарный сироп. Употреблять напиток в охлажденном виде.

Сироп свекольный

1 кг свеклы, 1,5л воды.

Свекольный сироп — это уваренный сок сахарной свеклы.

Свеклу тщательно вымыть в проточной воде, нарезать ломтиками толщиной 2—3 мм, залить водой, вскипятить и настаивать в отваре 1,5 ч. Затем откинуть свеклу на сито, а полученный сок профильтровать и варить, снимая пену. Готовность сиропа определяется так: капля охлажденного сиропа на блюдце не растекается. Готовый сироп — густой, коричневого цвета, со сладковатым вкусом, специфическим свекольным привкусом.

Квас из сырой свеклы

1 кг свеклы, 2 л воды, 4 ст. ложки сахара.

Очищенную свеклу мелко порубить или нарезать в виде соломки, поместить в стеклянную банку, залить кипяченой водой, добавить сахар и корочку ржаного хлеба. Банку накрыть марлей и оставить для брожения на 3 дня. После этого квас процедить, разлить в бутылки, укупорить и охладить.

Квас из сырой свеклы по-другому

1 кг свеклы, 3 л воды, кусок ржаного хлеба

Вымытую и очищенную темноокрашенную свеклу натереть на крупной терке и положить в эмалированную кастрюлю. Залить теплой кипяченой водой и добавить кусок ржаного хлеба. Оставить при комнатной температуре на 2—3 дня, периодически перемешивая. Когда сок приобретет приятный цвет и вкус, слить его, процедить и разлить в бутылки по пробку. Укупорить и хранить в холодном месте.

Перед употреблением заправлять по вкусу сахаром и солью. Добавлять в борщ или холодник.

Квас из вареной свеклы

Вареную свеклу нарезать небольшими кусочками или натереть на крупной терке, залить кипятком и оставить в теплом месте на 1—2 ч. Охладить, опустить в отвар марлевый мешочек с кусочками ржаного хлеба и оставить на сутки для брожения. Затем процедить и разлить в бутылки, укупорить и охладить.

Квас свекольный с газированной водой

Квас, приготовленный из сырой свеклы (см. выше), развести газированной водой 1:1, добавить лед (3—4 кубика на стакан кваса) и подать.

Квас свекольно-сухарный

Очищенную свеклу сварить, отваром залить ржаные сухари, оставить их на 10—12 ч. Дрожжи развести мукой и дать подойти. Как только они поднимутся, влить в настой из сухарей и поставить на 10—12 ч для брожения. Перед подачей на стол квас процедить через сито или марлю.

Напиток «Бордо»

1 л кваса из вареной свеклы (см. выше), 1 стакан сметаны, 3-4ст. ложки мелко нарезанного и слегка размятого с солью зеленого лука, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени укропа, сахар.

В квас из вареной свеклы добавить сметану, мелко нарезанные зеленый лук и укроп, хорошо перемешать, добавить по вкусу сахар. Подать напиток слегка охлажденным.

Напиток «Тюльпан»

0,5 л свекольного кваса (см. выше), 0,5 л свежей простокваши, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, соль.

Простоквашу тщательно размешать, влить в нее свекольный квас, хорошо перемешать (можно в миксере), добавить мелко нарезанный зеленый лук и заправить по вкусу солью. Подать напиток охлажденным.

• Если напиток готовят в миксере, в него можно добавить 2—3 кубика пищевого льда.

Напиток «Дин-дин»

3/4 стакана свекольного сока, 3/4 стакана яблочного сока, по 2 чайные ложки мелко нарезанной зелени петрушки и укропа, 4 грецких ореха, 4 чайные ложки сметаны, соль.

В свекольный сок влить яблочный, добавить зелень петрушки и укропа, соль и перемешать. Ядра грецких орехов мелко нарубить или истолочь в ступке. Напиток разлить в стаканы, сверху положить по 1 чайной ложке сметаны и посыпать измельченными грецкими орехами.

Свекла, консервированная с луком

1 кг свеклы, 250 г репчатого лука, 180 г соли, по 0,4 г черного и душистого перца, 2—3 лавровых листа. Для заливки: 1 л воды, 60 г соли.

Свежую свеклу вымыть и варить в кожуре 1,5—2 ч. Дать остыть, очистить и нарезать кубиками или пластинками толщиной 7—8 мм. Лук очистить и нарезать крожочками толщиной 4—6 мм. Нарезанную свеклу уложить в банки, переложив луком и пряностями, залить горячим рассолом и стерилизовать в кипящей воде пол-литровые банки — 40 мин, литровые — 50 мин.

* Использовать для приготовления салатов, винегретов, гарниров.

Свекла, консервированная с хреном

900 г свеклы, 100—150 г хрена, 70 г подсолнечного масла, 50—60 г уксуса 9%-ного, 30 г сахара, 50 г соли, 0,5 г черного молотого перца.

Отобрать молодые свежие корнеплоды свеклы примерно одинаковой величины, тщательно вымыть, обрезать корень и головку. Варить крупные корнеплоды 45 мин, мелкие — 30 мин. Очистить от кожицы и нарезать мелкими кубиками или ломтиками. Свежий хрен измельчить на терке или в мясорубке, смешать со свеклой, положить в эмалированную кастрюлю, добавить сахар; соль и перец. Подсолнечное масло прокипятить в течение 10 мин и вылить в кастрюлю. Содержимое кастрюли перемешать и подогреть на слабом огне до 70—75° С. Затем снять кастрюлю с огня, добавить уксус, перемешать все и поместить в банки. Пастеризовать при 90° С: пол-литровые банки — 20 мин, литровые — 25 мин.

Помидоры. Рецепты блюд и изделий из помидоров

Сладкий салат из свежих помидоров и яблок

4 свежих помидора, 2 яблока, 1/2 стакана сметаны, 1 ст. ложка майонеза или фруктового пюре, 1 пучок укропа, сахар.

Помидоры и освобожденные от сердцевины и кожицы яблоки нарезать, заправить сметаной, смешанной с сахаром (по вкусу) и майонезом. Все перемешать и, уложив в салатницу, посыпать рубленым укропом. Можно украсить кружочками яблок.

• Вместо майонеза к сметане можно добавить фруктовое или ягодное пюре, клубничное например.

Салат из помидоров с брынзой

4 помидора, 2 ст. ложки зелени петрушки, 1/2 стакана натертой брынзы, сметана или растительное масло.

Помидоры нарезать кружочками, зелень петрушки крупно порезать. Перемешать все с натертой на терке брынзой, заправить сметаной или растительным маслом.

Салат из помидоров, лука, чеснока и орехов

300—400 г помидоров, 1 луковица, 3 ст. ложки подсолнечного масла, 1/2 стакана орехов, чеснок, соль, перец.

Нарезать помидоры и лук, посолить, сильно поперчить и перемешать с измельченными орехами, толченными с чесноком и подсолнечным маслом. Подать салат охлажденным.

Салат из помидоров с чесноком и томатным соусом

300 г помидоров, 1 луковица, 3 ст. ложки томатного сока, 1 ст. ложка уксуса, 1 ст. ложка растительного масла, 2 зубчика чеснока, соль, сахар, 2 ст. ложки зелени петрушки, молотый перец.

Помидоры нарезать кружочками, лук репчатый — кольцами, перемешать и полить смесью томатного сока, растертого с солью чеснока, растительного масла, уксуса, перца молотого и сахара (по вкусу). При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат из помидоров со свежими кабачками

200 г помидоров, 100 г кабачков, 1 небольшая луковица, 2 сваренных вкрутую яйца, 4 ст. ложки майонеза, по 2 ст. ложки зелени петрушки и укропа.

Вымытые кабачки очистить и крупно настрогать на терке, добавить тонко нарезанные помидоры. Смешать с мелко нарезанным луком, рубленой зеленью петрушки и укропа, мелко нарезанными белками, посолить. Яичные желтки растереть с майонезом и полученной массой заправить салат.

Салат из помидоров под соусом хрен

6 помидоров, 2 ст. ложки натертого хрена, 2 ст. ложки растительного масла, 1/2 стакана кислого молока, 1 ст. ложка зелени петрушки, соль, перец.

Вымытые помидоры разрезать поперек пополам, разложить на плоской тарелке разрезом вверх. Приготовить соус: хрен, соль и перец растереть, добавить кислое молоко и хорошо взбить смесь. Залить этим соусом помидоры, посыпать зеленью.

• При желании в соус можно добавить 1 чайную ложку сахара.

Салат из замороженных помидоров в желе

4 помидора, 1 луковица, 1 яйцо, соль, 1 стакан воды или бульона, 1 ч. ложка желатина, перец.

Замороженные помидоры облить холодной водой, а потом нарезать ножом-пилкой, как для салата. Выложить их в маленькие порционные салатницы, переложить кусочками лука и сваренного вкрутую яйца, посолить, посыпать перцем. Желатин замочить в воде, когда он набухнет, добавить 1/2 кубика куриного бульона и нагреть смесь до растворения желатина (не кипятить!). Залить помидоры охлажденным желе.

Помидоры с кильками

5—6 помидоров, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 маленькая баночка килек, 1/2 банки майонеза, веточки петрушки, листья зеленого салата.

Помидоры одинаковой величины разрезать пополам поперек, удалить сок и зерна, разложить на листьях зеленого салата. В каждую половинку помидора влить немного майонеза, сверху положить очищенные от голов и хребтовых костей кильки, засыпать их рублеными яйцами, смешанными с зеленью. В середину каждого помидора воткнуть веточку петрушки.

Помидоры, фаршированные сыром

400 г помидоров, 50 г сливочного масла, 150 г сыра, лимонный сок, перец.

У небольших круглых помидоров срезать верхушки, ложкой вынуть содержимое. Слегка посолить, поперчить и перевернуть, чтобы вытек сок. Натереть на мелкой терке сыр, ввести в него размягченное сливочное масло, лимонный сок. Массу хорошо взбить и наполнить ею помидоры. Каждый накрыть срезанной верхушкой. Блюдо выложить листьями салата, на них разместить фаршированные помидоры.

Помидоры, фаршированные салатом

Зрелые, не очень крупные помидоры вымыть, концом маленького ножа вырезать глубокую ямку со стороны плодоножки, удалить зерна с соком (слегка выжать), посолить, посыпать перцем и наполнить мясным или овощным салатом.

Помидоры, фаршированные креветками

12 маленьких помидоров, 125 г очищенных вареных креветок, салат латук, майонез, соль.

Срезать верхушки помидоров (небольшие кружки), вынуть чайной ложкой мякоть из середины, посолить и перевернуть помидоры, чтобы стек сок. Майонез смешать с очищенными креветками и наполнить помидоры этой смесью. Накрыть каждый помидор срезанной верхушкой, уложить на листья салата.

Помидоры, фаршированные по-провансальски

8—10 спелых помидоров, 300 г зелени петрушки, 2 зубчика чеснока, 2 ст. ложки оливкового масла, соль.

Помидоры хорошо вымыть, срезать верхнюю часть. Чайной ложечкой удалить из помидоров семена, посолить. Петрушку тщательно промыть, подсушить на салфетке, мелко нарезать и растолочь вместе с чесноком и растительным маслом, посолить. Наполнить помидоры подготовленным фаршем, дать постоять 1—2 ч, чтобы помидоры пропитались запахом петрушки и чеснока.

• Подать на стол можно с майонезом.

Помидоры, фаршированные копченой рыбой или сельдью

8 помидоров, 1—2 копченые рыбы или сельди, 1 свежий огурец, 1 ст. ложка растительного масла, 1 чайная ложка горчицы, 1 чайная ложка уксуса, 1 небольшая луковица, 1—2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки или укропа, соль.

Копченую рыбу разделить на части и по возможности удалить все косточки. Очищенный огурец нарезать кубиками, добавить масло, уксус, горчицу, зелень, соль и перемешать все с натертым луком и рыбой. Подготовленные для фарширования помидоры наполнить полученной массой. Подать как закуску.

Помидоры, фаршированные пшенной кашей, сыром и луком

10 помидоров, 4 ст. ложки пшена, 1 стакан воды, 2 ст. ложки сливок, 2 ст. ложки майонеза, 1 луковица, 50 г твердого сыра, 2 ст. ложки растительного масла, соль.

Репчатый лук мелко нарезать и обжарить на растительном масле. Сыр натереть на крупной терке. Охлажденную рассыпчатую пшенную кашу смешать с обжаренным репчатым луком, сыром, посолить и перемешать. Помидоры разрезать пополам, на каждую половинку уложить фарш и сверху полить смесью сливок с майонезом.

Закуска из помидоров с баклажанами и перцем

8 помидоров, 2 баклажана, 2 сладких болгарских перца, 1/2 стакана растительного масла, по 1 пучку зелени петрушки и укропа, соль, молотый перец.

Баклажаны вымыть, нарезать кружочками, посолить и оставить на 15—20 мин, чтобы удалить горечь, после чего промыть и слегка отжать. На сковороду с разогретым маслом положить баклажаны и поджарить до готовности. Помидоры протереть или мелко нарезать и слегка проварить. В салатницу положить слой баклажанов, пересыпать рубленой зеленью и измельченным болгарским перцем, залить проваренными помидорами, затем в том же порядке все положить снова, посолив, поперчив и залив соком от помидоров. Выдержать 3 ч на холоде. Подать как острую закуску.

Помидоры с творожной массой

4 помидора, 1 сладкий перец, 1 луковица, 100 г творога, 2 ст. ложки молока, 4 листа зеленого салата, зелень укропа, петрушки, соль.

Отборные одинаковые по величине помидоры нарезать крест-накрест и вынуть середину. Творог взбить с молоком и вынутой частью помидоров до сметанообразной консистенции, заправить мелко нарезанным луком, сладким перцем, солью и зеленью. Этой начинкой заполнить помидоры и подать на листовом салате.

Томатное масло

Взбить 125 г сливочного масла, добавив томатную пасту (чтобы масса приобрела красивый красный цвет). Для вкуса добавить немного лимонного сока и измельченного репчатого лука и чеснока.

Помидоры в молоке

1 кг помидоров, 1 стакан молока, 3 чайные ложки крахмала, вкусовая приправа, соль.

Помидоры вымыть, ошпарить кипятком, удалить семена и кожицу, разрезать на 6—8 частей. Отдельно перемешать молоко, соль, разведенный небольшим количеством молока крахмал, можно добавить вкусовую приправу. Вскипятить 1/2 стакана воды, опустить помидоры и, как только вода снова закипит, влить в кастрюлю приготовленную молочную смесь и варить, непрерывно помешивая. Как только крахмал загустеет — блюдо готово.

• Крахмал не должен быть слишком густым, нельзя долго держать кастрюлю на огне.

Зеленые помидоры с морковью и чесноком

500 г зеленых помидоров, 2 луковицы, 3 моркови, по 2—3 веточки сельдерея и петрушки, 3 ст. ложки растительного масла, 5 долек чеснока, соль, перец.

Мелко нарезанный репчатый лук положить на дно кастрюли, добавить отборные вымытые и нарезанные зеленые помидоры, мелко нарезанную зелень петрушки и сельдерея, очищенную и нарезанную кружочками морковь. Посолить, посыпать перцем, залить растительным маслом и варить на слабом огне 30 мин с начала кипения. Когда помидоры будут готовы, добавить к ним толченый чеснок, выложить на тарелку, дать остыть.

Суп-пюре из помидоров

3—4 помидора, 1 морковь, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 700 г бульона или воды, рис отварной, сметана, сливки или молоко для заправки, соль, молотый перец.

Морковь и помидоры нарезать дольками и припустить в небольшом количестве воды до готовности, протереть через сито, соединить с белым соусом (муку пассеровать, развести отваром, посолить, поперчить), развести бульоном или кипящей водой, протереть. Готовый суп заправить сметаной, сливками или горячим молоком. При подаче в тарелки с супом добавить отварной рис.

Клецки с колбасой и помидорами

3 помидора, 200 г пшеничного хлеба, 1 стакан молока, 2 ст. ложки муки, 2 яйца, 100 г колбасы, 1 луковица, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 1/2 чайной ложки тмина, 2 ст. ложки сала, 1 ст. ложка сливочного масла, соль, мускатный орех или перец.

Мякиш пшеничного хлеба размочить в молоке, добавить муку, яйца, соль, мускатный орех или перец, хорошо перемешать. Из теста сформовать клецки и сварить их при слабом кипении в подсоленной воде. Нарезать колбасу, слегка обжарить в сале с луком, добавить нарезанные помидоры, панировочные сухари, соль, тмин. В последний момент заправить сливочным маслом и залить этой смесью сваренные клецки.

Помидоры, жаренные в тесте

3—4 помидора, 150 г муки, 2 яйца, 1 ст. ложка растительного масла, вода или молоко, соль, мускатный орех или зелень, жир.

В муку добавить желток, ложку растительного масла и столько воды или молока, чтобы получилось тесто, по густоте похожее на сметану. К концу замешивания теста добавить взбитые белки, заправить его солью и тертым мускатным орехом, или мелкорубленым укропом, или зеленью петрушки. Помидоры нарезать довольно толстыми кружками, слегка посолить. Кружки обмакивать в тесто, класть в разогретый жир и жарить до золотистого цвета.

• Помидоры можно полить растопленным маслом или сметаной.

Помидоры фри

600 г помидоров, 100 г растительного масла, соль, перец.

Нарезать помидоры кружочками. Разогреть в сковороде растительное масло, положить в него помидоры и обжарить. Посолить, поперчить.

Зеленые помидоры, жаренные с луком и морковью

8 зеленых (бурых) помидоров, 3 луковицы, 2 моркови, 3 ст. ложки растительного масла, соль, перец, сахар.

Зеленые помидоры вымыть, нарезать мелкими дольками. На сковороде с разогретым маслом слегка поджарить нарезанный лук, добавить помидоры и, когда смесь хорошо разогреется, перемешать, убавить огонь и продолжать жарение, постоянно помешивая. К концу обжаривания ввести в смесь натертую на самой мелкой терке морковь, перемешать, посолить, поперчить, добавить немного сахара и через 5—7 мин снять с огня.

• Это острое блюдо-приправу готовят из недозревших помидоров поздних сортов. В конце приготовления можно добавить сметану.

Помидоры, жаренные по-китайски

7—8 помидоров, 1 ст. ложка соевого соуса, 1 луковица, 1 чайная ложка сахара, 1/2 головки чеснока, соль, 2 ст. ложки растительного масла.

Помидоры вымыть, ошпарить кипятком, удалить кожицу и семена и разложить руками на кусочки. В перекаленное растительное масло опустить мелко нарезанные лук и чеснок, кусочки помидоров и жарить на сильном огне 2—3 мин, переворачивая. Посолить, добавить соус и сахар. Через 1—2 мин блюдо готово.

Помидоры, жаренные со сладким перцем

8 помидоров, 6 шт. сладкого перца, 2 ст. ложки муки, 5 ст. ложек растительного масла, зелень петрушки, 3—4 ее точки укропа, соль.

Помидоры вымыть и нарезать дольками. Вымытый сладкий перец испечь в духовке, очистить от кожицы и семян, посолить и запанировать в муке. Перекалить в глубокой сковороде растительное масло, обжарить в нем перец до готовности. В другой сковороде поджарить в перекаленном масле помидоры так, чтобы испарилась влага, смешать с подготовленным перцем и жарить 1 мин. Перед подачей на стол посыпать зеленью.

Лечо со сметаной

500 г помидоров, 1 луковица, 1 сладкий стручковый перец, 3—4 ст. ложки жира, 250 г сметаны, 1 ст. ложка муки, 250 г колбасы, соль, тмин.

Мелко нарезанный лук обжарить в масле и потушить с нарезанными сладким перцем и помидорами, добавив соль и тмин. Заправить заправкой из муки (муку слегка обжарить) и сметаны и прокипятить. Перед подачей можно вмешать обжаренную, нарезанную ломтиками колбасу.

• Подавать можно с тушеным рисом, картофелем, хлебобулочными изделиями.

Помидоры, тушенные с перцем и аджикой в яйце

500 г спелых помидоров, 3 яйца, 1 зубчик чеснока, 1/2 кофейной ложечки красного перца, 1 ст. ложка оливкового масла, 1/2 кофейной ложечки аджики, соль, молотый черный перец.

Положить в сковороду нарезанные дольками очищенные помидоры, толченый чеснок, добавить оливковое масло, красный и черный перец, аджику, соль. Тушить на слабом огне 10 мин, затем влить 1 стакан воды и дать увариться. Залить все яйцами, тушить еще 15 мин и подать.

Помидоры, тушенные с луком и брынзой

400 г брынзы, 400 г лука репчатого, 200 г помидоров, 130 г растительного масла, зелень петрушки.

В глубокой сковороде или кастрюле с толстым дном обжарить на растительном масле мелко нарезанный репчатый лук. Туда же положить мелко нарезанные помидоры и тушить минут пять. Затем положить на лук с помидорами брынзу и сверху прикрыть ее тоже луком и помидорами. Закрыть крышкой и тушить на слабом огне 15 мин. Подать в горячем виде, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки. Для остроты можно добавить черный перец.

Томатное жаркое с пшеничным хлебом

8 помидоров, 2 стакана измельченного пшеничного хлеба или 1,5 стакана молотых сухарей, 2 луковицы, 1/4 чайной ложки перца, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени петрушки, 3 ст. ложки растительного масла, соль.

Разрезать помидоры поперек на две половинки и уложить половину из них в форму или на сковороду срезом вверх. Смешать тертый пшеничный хлеб или сухари, соль, перец, мелко нарезанные петрушку, лук, растительное масло. Эту смесь положить на слой помидоров, прикрыть вторым слоем помидоров и тушить до готовности.

Запеченные зеленые помидоры с ореховой приправой

5 зеленых помидоров, 3/4 стакана очищенных грецких орехов, 10—12 веточек зелени (петрушки, сельдерея, укропа), 3 зубчика чеснока, стручковый перец, фруктовый уксус, соль.

К мелко нарезанной зелени добавить соль, толченый чеснок, стручковый перец и все хорошо перемешать. Полученной массой нафаршировать зеленые помидоры, предварительно сделав в них надрез, уложить их в один ряд на сковороду и запечь в духовке. Очищенные грецкие орехи, соль, чеснок, стручковый перец хорошо растолочь и развести по вкусу фруктовым уксусом. Готовые помидоры густо обмазать этой приправой. Подать горячими.

Помидоры, запеченные с сыром

6 помидоров, 150 г вареных грибов, 1 луковица, 3 /4 стакана тертого сыра, 100 г булки, 1/2 стакана молока, 2 яйца, 1/2 ст. ложки топленого масла, 1 ст. ложка сливочного масла, соль, перец.

Глиняную посуду смазать сливочным маслом, уложить в нее несколько слоев нарезанных дольками помидоров, посыпать солью, перцем, мелко нарезанными поджаренными вареными грибами, мелко нарезанным луком, тертым сыром (немного сыра оставить) и накрошенной булкой. Полить все взбитыми в молоке яйцами и топленым маслом, посыпать оставшимся тертым сыром и запечь в духовке со средним нагревом.

Гювеч

3 помидора, 2 сладких стручковых перца, 200 г зеленого лука, 2 стакана простокваши, 4 яйца, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1/2 стакана брынзы, 1 ст. ложка сливочного масла.

Лук и перец очистить, вымыть, некрупно нарезать, обжарить. Туда же положить нарезанные помидоры и недолго тушить. Яйца растереть с простоквашей, прибавить муку, тщательно размешать, залить этой смесью овощи, предварительно накрошив в них брынзу, и запечь в духовке. Перед подачей полить растопленным сливочным маслом.

Фракийский гювеч

1 кг помидоров, 1 стакан молотых сухарей, 1/2 стакана расти тельного масла, зелень петрушки, соль, перец.

Красные помидоры нарезать кружочками толщиной 1 см. На смазанный подсолнечным маслом противень выложить половину помидоров, посолить их, посыпать 1/2 стакана молотых сухарей, черным перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки. Сверху уложить второй ряд помидоров, посолить их и посыпать так же, как первый ряд. Залить гювеч 1/2 стакана подсолнечного масла и запекать, пока вся жидкость не испарится.

Помидоры, фаршированные брынзой, тушеные

6 красных крепких помидоров, 4 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 3 луковицы, 1 стакан брынзы, 1 яйцо, 4 ст. ложки зелени петрушки, 1/2 стакана сметаны, перец, соль.

С помидоров срезать верхушки, удалить мякоть с семенами и, перевернув помидоры, дать им немного обсохнуть. Из мякоти помидоров, половины указанного количества сливочного масла и мелко нарезанного лука приготовить соус и протереть через сито. Брынзу размять вилкой, смешать со взбитым яйцом, перцем и 1 ст. ложкой мелко нарезанной зелени петрушки. Этой массой наполнить помидоры, сверху положить небольшие кусочки оставшегося сливочного масла и залить ранее приготовленным соусом. Посолить. Фаршированные помидоры поставить в духовку и тушить при среднем нагреве до готовности (следить, чтобы помидоры не развалились). Перед подачей на стол соус смешать со сметаной, помидоры посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Помидоры, фаршированные рисом и сосисками, тушеные

12 помидоров, 2 ст. ложки отварного рассыпчатого риса, 3 яйца, 100 г сосисок, 1 ст. ложка укропа, соль, молотый перец, 1 ст. ложка жира, 1/2 стакана сметаны, 1 чайная ложка муки, зелень.

Вымытые помидоры надрезать с плоской стороны, вынуть сердцевину ложечкой. В отварной рис добавить мелкорубленые сваренные вкрутую яйца, очищенные мелко нарезанные сосиски, укроп и сырое яйцо. Массу заправить по вкусу солью и перцем, можно добавить другие приправы по вкусу и тщательно перемешать. Наполнить массой помидоры и положить в печку-чудо или плоскую кастрюлю на растопленный жир, подлить пюре, приготовленное из вынутой из помидоров мякоти, и тушить под крышкой на слабом огне около 15 мин. К концу тушения добавить сметану, смешанную с мукой, прокипятить, а перед подачей посыпать зеленью.

Помидоры, фаршированные баклажанами

8 помидоров, 4 баклажана, 2 луковицы, 1/2 стакана подсолнечного масла, 1 ст. ложка молотых сухарей, 4 зубчика чеснока, перец, соль, мускатный орех.

Баклажаны вымыть, срезать концы, ошпарить, нарезать и поджарить на растительном масле, затем мелко порубить. Добавить к баклажанам поджаренный рубленый лук, растертый с перцем и солью чеснок, мускатный орех. Подготовленные для фарширования помидоры наполнить массой из баклажанов, посыпать молотыми сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

• Это блюдо можно подавать теплым или охлажденным, как закуску.

Помидоры, фаршированные грибами, запеченные

6 помидоров, 2 ст. ложки сыра, 2 чайные ложки молотых сухарей, 1/2 стакана сметаны. Для грибного фарша: 200 г свежих грибов, 1 луковица, 1,5 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки растительного масла, 6—8 веточек петрушки, чеснок, соль, молотый перец.

Доброкачественные свежие грибы тщательно вымыть, очистить, мелко нарезать и поджарить с луком. Прибавить томат-пюре или томатный сок, зелень петрушки, рубленый чеснок, посолить, поперчить и тушить до готовности.

Ровные, неребристые помидоры средней величины вымыть, срезать верхнюю часть с плодоножкой, удалить ложечкой часть сердцевины. Наполнить помидоры грибным фаршем, посыпать тертым сыром, смешанным с сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. При подаче помидоры положить на тарелку и полить сметаной.

Помидоры, фаршированные мясом креветок, запеченные

500 г помидоров. Для фарша: 250 г консервированного мяса креветок, 100 г риса, 100 г лука репчатого, 75 г маргарина, зелень, соль, молотый перец, 100 г сметаны.

Из помидоров, срезав верхушку, вынуть часть мякоти. Приготовить фарш из припущенных креветок, отварного рассыпчатого риса, пассерованного лука, петрушки, соли, перца. Помидоры заполнить фаршем, сбрызнуть жиром и запечь. При подаче полить сметаной.

Суфле из помидоров с макаронами

5 помидоров, 1/2 стакана тертого сыра, 50 г сливочного масла, 1/3 стакана густого молочного соуса или сметаны, 6 яиц, 100 г макарон, соль, мускатный орех.

Приготовить из свежих помидоров пюре в виде пасты, добавить тертый сыр, сливочное масло, молочный густой соус или густую сметану, сырые желтки, взбитые белки, желательно мускатный орех. Отварить макароны, откинуть на сито, заправить маслом и тертым сыром. Смазать посуду для суфле маслом, положить на дно слой пюре из помидоров, затем слой макарон, а сверху снова слой пюре. Отварить на пару или запечь в духовке.

Пюре из помидоров и стручкового перца

5 помидоров, 3 крупных зеленых перца, 2 зубчика чес пока, оливковое масло, перец, соль.

Испечь стручковый перец в духовке, снять кожицу, удалить семена. Растолочь- помидоры и стручковый перец в кастрюле, добавить оливковое масло, толченый чеснок, черный перец и соль. Тушить несколько минут.

Булочки или батон, фаршированные помидорами

8 булочек или один батон (400 г), 2—3 помидора, 1 луковица, 2 яйца, 2 стакана молока, 2—3 ст. ложки растительного масла или сала, соль.

Круглые булочки или батон разрезать так, чтобы верхняя часть была меньше нижней. Из нижней части вынуть мякиш, обмакнуть хлеб в молоко, наполнить фаршем из помидоров и мякиша хлеба, накрыть верхушками хлеба, намоченными в молоке, поместить на противень, запечь в духовке в течение 10—15 мин.

Для приготовления фарша мелко нарезанный лук поджарить в растительном масле или сале, добавить мелко нарезанные помидоры и мякиш хлеба, посолить и потушить 5 мин, затем охладить и прибавить взбитые яйца.

Соус томатный македонский

10 кг помидоров, 225 г огурцов, 600 г сахара, 0,5 л столового уксуса, 120 г соли, 30 г красного острого перца, 15 г молотого черного перца, 5 г порошка горчицы.

Зрелые помидоры вымыть, нарезать дольками, распарить в кастрюле и протереть через редкое сито. Свежие или соленые

огурцы тщательно вымыть и пропустить через мясорубку. Сок уварить до уменьшения объема до 1/3. В уваренный томатный сок добавить измельченные огурцы, соль, сахар, перец, горчицу и уксус, хорошо перемешать, довести до кипения и разлить в банки. Пастеризовать при 85—90° С: полулитровые банки — 7—8 мин, литровые — 12—15 мин.

Паста из помидоров и яблок

1,5 кг помидоров, 1 кг яблок, 500 г лука, 2—3 зубчика чес пока, соль.

Зрелые помидоры нарезать дольками, лук очистить и измельчить. Яблоки нарезать дольками, удалив поврежденные части и сердцевину. Помидоры, яблоки и лук распарить в эмалированной кастрюле под крышкой до размягчения. Крышку снять и варить массу на слабом огне 30—35 мин. Добавить растертый с солью чеснок. Протереть через сито и снова уварить до густоты повидла. Разложить в банки в горячем виде и укупорить.

Паста томатно-сливовая

2 кг помидоров, 1 кг слив, 500 г лука, соль, сахар, 1 головка чеснока, черный и красный острый перец.

Зрелые помидоры вымыть, нарезать дольками, распарить в эмалированной кастрюле под крышкой, добавить измельченный лук и тушить, пока лук не станет мягким. Протереть массу через редкое сито. Сливу (лучше всего сорта Венгерка) тщательно вымыть, удалить косточки, плоды распарить и тоже протереть через сито. Томатную и сливовую массы смешать, добавить растертый с солью чеснок, заправить солью, сахаром, черным и красным перцем, уварить на слабом огне до уменьшения объема до 1/3. Разлить пасту в банки в горячем виде и сразу укупорить.

Помидоры в яблочном соке

Для заливки: на 1 л яблочного сока — 30 г соли.

Подготовленные помидоры проколоть деревянной шпилькой в месте прикрепления плодоножки и уложить их в банки. Дважды залить кипящей водой, выдерживая каждый раз по 5—10 мин. В третий раз залить кипящим яблочным соком с солью, сразу же закатать и перевернуть банки вверх дном до остывания.

Помидоры в желе по-латышски

Для заливки: на 1 л воды — 70 г сахара, 40 г соли, 1 чайная ложка столового уксуса, 30 г желатина, перец черный, лавровыйлист.

Желатин замочить в теплой воде на 40 мин. Помидоры крупно нарезать и плотно уложить в банки. Можно добавить сладкий перец. В кипящую заливку перенести набухший желатин, опустить мелко нарезанную морковь и дать прокипеть 3—4 мин. Горячей заливкой заполнить банки с салатом и стерилизовать: пол-литровые банки — 5—7 мин.

Помидоры заливные

Для заливки: на 1 л воды — 0,1—0,15л столового уксуса, 35—40 г соли, 60—70 г сахара, 2—3 лавровых листа, 1 чайная ложка семян горчицы, 10—12 горошин душистого перца, 30—40 г желатина.

Зрелые твердые помидоры (желательно с плотной мякотью) опустить на 1—2 мин в кипящую воду, охладить в холодной воде, нарезать кружочками толщиной 1 —1,5 см и плотно уложить в банки по плечики. Лавровый лист положить на дно, а сверху помидоров — лук, нарезанный кольцами. Приготовить маринад и добавить в него предварительно разведенный желатин, кипятить 2—3 мин и вылить в банки с помидорами. Пастеризовать при 80—85° С: пол-литровые банки — 15 мин, литровые и двухлитровые — 20—25 мин.

Зеленые помидоры, маринованные по-грузински

1 кг зеленых помидоров, 1/4 стакана ядер грецких орехов, 7—10 зубчиков чеснока, 1/2 стручка острого перца, по 1 чайной ложке семян кориандра и сушеной мяты, 1/2 чайной ложки сушеной зелени базилика и эстрагона, 4 стакана столового уксуса.

Зеленые помидоры средней величины вымыть, залить кипятком и выдержать 20 мин. Разрезать помидоры на 4 части. Ядра грецких орехов, чеснок и острый перец тщательно измельчить, растереть в ступке, отжать сок и собрать в рюмку. В выжатую массу добавить зерна кориандра, мяту, базилик, этстрагон, уксус и тщательно перемешать. Нарезанные помидоры уложить в банки, пересыпая каждый слой пряной смесью, и уплотнить. Сверху вылить выжатый сок. Закрыть и поставить в холодное место. Через несколько дней, когда помидоры пожелтеют, их можно употреблять в пищу.

Томатный напиток «Деликатес»

2 стакана томатного сока, 1 стакан пастеризованного холодного молоко, соль, сахар, 1 ст. можка мелко нарезанной зелени петрушки.

Смешать томатный сок и холодное молоко, добавить соль и сахар и хорошо взбить миксером до образования обильной пены. Подать, посыпав напиток мелко нарезанной зеленью петрушки.

Освежающий томатный напиток

2 стакана томатного сока, 2 стакана холодной простокваши или кефира, I cm. ложка мелко нарезанной зелени укропа, соль, сахар.

Холодную простоквашу или кефир перемешать с мелко нарезанной зеленью укропа, а затем при быстром помешивании медленно влить томатный сок. Добавить по вкусу соль и сахар.

• Этот напиток в летнюю жару можно подавать вместо первого блюда.

Томатный напиток «Экспромт»

1,5 стакана томатного сока, 1,5 стакана охлажденного кипяченого молока, 3 яичных желтка, 3 чайные ложки лимонного сока, соль на кончике ножа, кубики пищевого льда.

Желтки, томатный и лимонный соки, охлажденное кипяченое молоко хорошо взбить миксером, посолить. Подать напиток с кубиками льда.

Кефир с томатным соком, укропом и орехами

1 стакан томатного сока, 4 стакана кефира, 1 ст. ложка укропа, 10 грецких орехов.

Ядра грецких орехов мелко порубить, добавить нарезанный укроп, кефир, томатный сок. Смесь взбить. Подать напиток охлажденным.

Кабачки. Рецепты блюд и изделий из кабачков

Салат из сырых кабачков с помидорами

1 маленький кабачок, 2 помидора, 1 луковица, 1 пучок зелени, 1 чайная ложка тертой лимонной цедры, соль, майонез.

Кабачки вымыть, почистить и крупно настрогать на терке. Добавить свежие помидоры, нарезанные тонкими кружочками. Смешать с мелко нарезанным луком, нарезанной зеленью (мята лимонная, укроп) и тертой лимонной цедрой. Посолить. Заправить майонезом.

Салат из сырых кабачков сладкий

1 кабачок, 1 крупное яблоко, 1 маринованный огурец, 1 луковица, 1 пучок укропа, 1 ст. ложка сахара, майонез.

К кабачкам, крупно нашинкованным на терке, добавить крупно натертое большое яблоко, мелко нарезанный маринованный или соленый огурец, мелко нарезанную луковицу и рубленую зелень укропа. Все хорошо перемешать. Посыпать сахаром. Добавить немного майонеза.

Салат из сырых кабачков с горчицей

1 маленький кабачок, 1 луковица, 2 дольки чеснока, 1 ст. ложка готовой горчицы, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки нарезанной зелени петрушки, соль, молотый перец.

Кабачок тщательно вымыть, очистить от кожицы, разрезать вдоль пополам, удалить ложечкой сердцевину. Половинки нарезать поперек тонкими прозрачными ломтиками, добавить тонко нарезанный лук. Очищенный чеснок растереть пестиком, перемешать с маслом и горчицей, добавить зелень и заправить солью и перцем (если полученный соус будет слишком острый, можно добавить щепотку сахара). Выложенный в блюдо салат подать с приготовленным соусом, к которому можно добавить 2—3 ст. ложки сметаны.

• При желании салат можно украсить красиво нарезанной морковью или помидорами.

Салат из жареных кабачков с томатной заправкой

500 г кабачков, 3 сваренных вкрутую яйца, 3 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука. 2 ст. ложки растительного масла, соль. Для томатной заправки: 2 ст. ложки томатной пасты, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка готовой горчицы, 2 ст. ложки воды, соль, молотый красный перец, сахар.

Кабачки вымыть, очистить, нарезать ломтями толщиной 0,5 см, обжарить на сковороде с разогретым растительным маслом, посыпать солью и молотым перцем, выложить на блюдо.

Приготовить томатную заправку: тщательно перемешать томатную пасту с готовой горчицей и растительным маслом, добавляя кипяченую воду, заправить солью, сахаром, молотым красным перцем. Полить готовым соусом кабачки. Посыпать нарезанным зеленым луком, украсить яйцами. Подать как закуску.

Салат из кабачков в майонезе

500 г кабачков, 1,5 стакана майонеза, 2 ст. ложки укропа.

Кабачки вымыть, очистить, нарезать брусочками, опустить в подсоленный кипяток, добавить немного сахара, вскипятить, процедить, охладить. Выложить в салатницу, залить майонезом, посыпать мелко нарезанным укропом.

• Можно украсить салат красными помидорами.

Салат из тушеных кабачков

1 молодой кабачок (примерно 400 г), 4 ст. ложки растительного масла, 2 луковицы, 3 помидора, 1 моченое яблоко, молотый перец, зелень, соль.

Молодой кабачок очистить и нарезать ломтиками. Очищенный лук нарезать полукольцами. Помидоры очистить и нарезать ломтиками. Разогреть в кастрюле масло, поджарить на нем лук, добавить помидоры и кабачок, полить несколькими ложками воды и тушить до мягкости (но так, чтобы овощи не разварились). К концу тушения добавить натертое на крупной терке очищенное от кожицы яблоко. Салат заправить солью и перцем и охладить, посыпать укропом или рубленой зеленью петрушки. Подать на ужин с вареными яйцами, хлебом.

Кабачки недозрелые жареные с острым соусом

1 кг недозрелых кабачков, 1 маленькая головка чеснока, 1 кофейная ложечка соли, щепоть черного перца, щепоть молотого сладкого перца, 2 ст. ложки растительного масла для фритюра.

Очистить, помыть и нарезать кружочками кабачки, посолить, хорошо перемешать и оставить на несколько минут до выделения сока. Затем пожарить кабачки в очень горячем фритюре, подрумянив с обеих сторон, и выложить на тарелки.

Растолочь чеснок, стручок острого перца, соль и черный перец, потушить все это 10 мин на слабом огне в маленькой кастрюле с растительным маслом, молотым красным перцем и водой и полить этим соусом кабачки. Подать холодными.

Кабачки недозрелые жареные с луком

1 кг недозрелых кабачков, 3 крупные луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, соль, черный перец, 3 ст. ложки уксуса.

Очистить, вымыть и нарезать кабаки кружочками, посолить и дать стечь соку. Пожарить кабачки во фритюре, вынуть и выложить на тарелки.

Нарезанный тонкими ломтиками лук бланшировать 10 мин в кипящей воде, вынуть, положить в сковороду, полить растительным маслом, посолить, поперчить и подрумянить. Полить уксусом и несколько минут потушить. Положить лук на кабачки. Подать как холодную закуску.

Икра из печеных кабачков

2 кабачка средней величины, 1 луковица, молотый черный перец, соль, сахар, уксус, подсолнечное масло по вкусу.

Кабачки испечь в духовке до мягкости, остудить, снять кожицу, мякоть размять в пюре. Добавить мелко нарезанный лук, молотый перец, соль, сахар, уксус и подсолнечное масло по вкусу. Подать можно как в горячем, так и в холодном виде.

Суп с кабачками по-михайловски

1 средней величины кабачок, 1 луковица, 1 морковь, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени укропа, 1 л молока, 0,5 л воды, соль.

Кабачок и репчатый лук нарезать соломкой, морковь натереть на крупной терке. Овощи залить горячей водой, молоком, посолить и довести до кипения. При подаче посыпать зеленью.

Похлебка из кабачков

1 стакан нарезанных соломкой кабачков, 3 ст. ложки риса, 1 стакан простокваши или кефира, 1 л воды, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени петрушки, 1 луковица, соль.

Тщательно вымытые и очищенные кабачки нарезать соломкой. Рис перебрать и промыть. -Лук мелко нарезать. В кастрюлю положить рис, залить водой, довести до кипения и варить 2—3 мин, после чего настаивать без нагревания при закрытой крышке 5—7 мин, добавить кабачки, лук, соль, снова довести до кипения и настаивать без нагревания 5—6 мин, добавить зелень петрушки, простоквашу или кефир и подать к столу.

Кабачки с яйцами и консервированным горошком

3 кабачка, 2 яйца, 4 ст. ложки консервированного зеленого горошка, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 4 ст. ложки майонеза, 4 ст. ложки отвара консервированного зеленого горошка, соль, перец.

Кабачки нарезать соломкой, добавить рубленые вареные яйца, консервированный зеленый горошек с отваром, соль, перец, довести все до кипения. При подаче полить майонезом и посыпать рубленой зеленью петрушки.

Кабачки в молочном соусе

750 г кабачков, 2/3 стакана воды, 1/2 стакана жидкого молочного соуса, соль, зелень. Для соуса: 2 стакана молока, 1 ст. ложка пшеничной муки, 1 ст. ложка сливочного масла, соль.

Кабачки очистить, нарезать небольшими кубиками и отварить в подсоленной воде. Отваренные кабачки полить молочным соусом. Перед подачей на стол посыпать рубленой зеленью укропа или петрушки.

Для приготовления жидкого молочного соуса обжарить в сливочном масле пшеничную муку, затем, непрерывно помешивая, развести ее горячим молоком, добавить по вкусу соль и кипятить 5—7 мин.

Кабачки отварные под жареными сухарями

800 г кабачков, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 2 ст. ложки молотых сухарей, соль, зелень.

Молодые кабачки вымыть, очистить, разрезать вдоль, удалить зерна и каждую половинку разрезать поперек на дольки толщиной 2 см. Нарезанные кабачки положить в дуршлаг и опустить в кипящую подсоленную воду. Кастрюлю накрыть крышкой и варить кабачки при кипении 5—10 мин. После этого дуршлаг с кабачками вынуть, дать стечь воде, кабачки выложить на блюдо, полить маслом, посыпать зеленью и поджаренными на сливочном масле измельченными пшеничными сухарями.

Кабачки с картофелем в томатном соусе

2—3 небольших кабачка, 1/2 стакана подсолнечного масла, 1/4 стакана муки, 1 небольшая луковица, 5 помидоров, 2—3 картофелины, 1 ст. ложка сахара (номожно и без него), соль.

Очищенные кабачки нарезать тонкими кружочками, посолить и оставить на 30 мин. Затем обвалять их в муке и поджарить на сковороде с разогретым подсолнечным маслом с обеих сторон. Когда поджарятся, сложить в кастрюлю вперемешку с поджаренными картофелем и луком. Залить все томатным соусом (приготовить из отваренных и протертых помидоров), прокипятить в течение 30 мин. Можно добавить сахар.

• Это блюдо можно подавать как в горячем, так и в холодном виде.

Кабачки отварные под соусом из аджики

500 г кабачков, 1 ст. ложка аджики, 2 ст. ложки уксуса, 50 г растительного масла, соль, 1 кофейная ложечка молотого тмина, 3—4 зубчика чеснока.

Отварить нарезанные кружочками очищенные кабачки в кипящей воде, дать им обсохнуть, посолить, полить разведенной в уксусе аджикой, посыпать толченым чесноком и тмином, выложить на блюдо, полить маслом и подать.

Кабачки отварные под лимонным соусом

1 кг молодых кабачков, 1 головка чеснока, зелень петрушки, молотый черный перец, 2 ст. ложки лимонного сока, 6 ст. ложек растительного масла, соль.

Очищенные кабачки отварить в кипящей подсоленной воде, нарезать тонкими длинными ломтиками, уложить на блюдо, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и чесноком. Взбить лимонный сок с солью, перцем и растительным маслом и полить этим соусом салат.

Кабачки по-венгерски

1,5 кг кабачков, 1 большая луковица, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка муки, 125 г сметаны, укроп, чеснок, уксус, соль.

Кабачки очистить, разрезать вдоль и удалить сердцевину. Мякоть настругать в виде крупной лапши или нарезать соломкой посолить и через некоторое время отжать. Мелко нарезанные лук и укроп поджарить, развести мукой и бульоном или водой. Кабачки залить полученным соусом, довести до кипения и заправить сметаной, толченым чесноком, солью, уксусом.

Кабачки, жаренные в кляре с сыром

1 кабачок, 150 г муки, 1 яйцо, 1 ст. ложка растительного масла, 2 ст. ложки воды, соль, 50 г тертого сыра, растительное масло или другой жир для жарения, мускатный орех, перец.

Приготовить тесто из муки, яйца и растительного масла, добавив столько воды, сколько понадобится, чтобы тесто по густоте напоминало сметану. К готовому тесту добавить мелко натертый сыр, размешать. Тесто можно приправить щепоткой тертого мускатного ореха. Кабачок очистить, нарезать кружочками толщиной 0,5 см, посолить, посыпать перцем. Каждый кружочек обмакивать в тесто и жарить в разогретом жире до образования румяной корочки.

Кабачки, фаршированные репой

2 небольших молодых кабачка, 2 средние репы, 2 яичных желтка, 100 г сливочного масла, 2 луковицы, 1/2 стакана молотых сухарей, соль, перец, зелень петрушки, сметана.

Кабачки вымыть, очистить от кожицы и разрезать пополам, удалить часть мякоти, оставив стенку в полпальца толщиной. Сварить репу до полного размягчения, остудить и очистить от кожицы. Пропустить репу и мякоть кабачков через мясорубку и обжарить массу на сковороде с маслом. Лук мелко нарезать и обжарить с маслом отдельно от овощей. Желтки хорошо растереть. Смешать в миске обжаренные репу, кабачки, лук, добавить растертые желтки, посолить, поперчить и снова перемешать. Налить в кастрюлю воду, хорошо посолить и довести до кипения. Опустить в кипяток кабачки и варить 8—10 мин, затем вынуть и остудить.

Начинить кабачки фаршем, сложить в широкую кастрюлю, облить маслом и обсыпать молотыми сухарями. Кастрюлю поставить в нагретую духовку на 40—50 мин. Размягченные подрумяненные кабачки вынуть на блюдо, посыпать зеленью. Отдельно подать сметану или молочный соус.

Котлеты из кабачков и картофеля

500 г кабачков, 3—4 картофелины, 3 яйца, 2 стакана растительного масла для фритюра, 4 ст. ложки муки, зелень петрушки, соль, листья салата, сметана, перец.

Очищенные кабачки натереть на терке с крупными отверстиями. Картофель отварить, пропустить через мясорубку или хорошо растолочь, как для пюре. Смешать кабачки с картофельным пюре, добавить 2 яйца, мелко нарезанную зелень петрушки, 1 ст. ложку муки, посолить, поперчить. Выложить массу на посыпанный мукой стол, сформовать из нее котлеты. Яйцо хорошо растереть, обвалять в нем котлеты и запанировать в муке. Обжарить котлеты в сильно разогретом масле. Отдельно подать сметану.

Бигос из кабачков

700 г кабачков, 150 г копченой корейки, 2 луковицы, 2—3 помидора, 200 г вареной колбасы или сарделек, соль, молотый перец, сладкий стручковый перец, зелень, 1 ст. ложка муки.

Очищенный кабачок нарезать довольно мелкими кубиками. Так же нарезать корейку и колбасу. Корейку вытопить, часть жира оставить, а к остальному добавить нарезанный лук, слегка поджарить. Положить кабачок, подлить немного воды, посолить и варить до мягкости. К концу варки добавить к кабачку колбасу и очищенные от кожицы и нарезанные кубиками помидоры. Заправить смесью остатков жира и муки, прокипятить, добавить по вкусу соль, перец, сладкий стручковый перец. Бигос из кабачков подавать с гарниром из отварного картофеля, посыпав зеленью.

• Это блюдо можно подавать на обед с фруктовым напитком.

Каша рисовая молочная с кабачками

200 г кабачков, 1 стакан риса, 2 стакана воды, 2 стакана молока, 4 ст. ложки маргарина, соль.

Рис хорошо промыть и замочить. Кабачки вымыть, крупно нарезать, срезать мякоть с семенами, пропустить ее через мясорубку, а оставшуюся с кожицей мякоть нарезать соломкой. Замоченный рис довести до кипения, посолить, добавить, не перемешивая, кабачки, так же осторожно, не перемешивая массу, влить молоко, снова довести до кипения, варить 5—6 мин, закрыть кастрюлю крышкой и настаивать 20—30 мин. При подаче добавить масло или маргарин.

Каша перловая с кабачками и помидорами

500 г кабачков, 1,5 стакана перловой крупы, 1 л воды, 3 помидора, 2 луковицы, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени укропа, соль.

Заранее замоченную перловую крупу отварить в подсоленной воде. Лук и помидоры мелко нарезать. Кабачки очистить от кожицы и семян, мелко нарезать. В кастрюлю с кашей положить подготовленные овощи и прогреть 10 мин. При подаче посыпать кашу зеленью укропа.

Пудинг из кабачков

800 г кабачков, 700 г яблок, 3 яйца, 50 г сахара, 50 г манной крупы, 100 г молока, 40 г сливочного масла, соль.

Очищенные от кожицы и сердцевины кабачки мелко нарезать, потушить с молоком или маслом до полуготовности, добавить сахар, очищенные и нарезанные яблоки и тушить до размягчения. В массу всыпать манную крупу и, помешивая, варить при слабом нагреве 10 мин, затем слегка охладить, посолить, ввести желтки, а потом взбитые в пену белки, перемешать, выложить в форму, смазанную маслом, и варить на пару до готовности. При подаче полить маслом.

Лепешки из кабачков

1 кабачок (примерно 1 кг), 4 ст. ложки муки, 2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1/2 чайной ложки соли, 3 ст. ложки растительного масла.

Очищенный кабачок натереть на терке, добавить муку, сахар, взбитые яйца, соль и тщательно перемешать. Пожарить лепешки в глубокой сковороде с разогретым маслом до светло-желтого цвета.

Кабачки по-итальянски

500 г кабачков, 30 г растительного масла, 1 луковица, 125 г бульона, 1 яйцо, томатный соус, тертый сыр, шпик для заправки.

Нарезанные кубиками кабачки потушить с мелко нарезанным луком, добавив бульон и масло. Заправить по вкусу томатным соусом, посыпать рубленым яйцом, залить жареным шпиком, посыпать тертым сыром и запечь в нагретой духовке в течение 10 мин.

Кабачки, запеченные с рисом

Около 2 кг кабачков, 75 г риса, 200 г сметаны, 3 яйца, 150 г тертого сыра, соль, перец, мускатный орех, масло.

Кабачки очистить, нарезать толстыми ломтями, опустить в кипящую подсоленную воду (примерно 3 л) и варить 10 мин. Откинуть на дуршлаг, переложить в форму для запекания, смазанную сливочным маслом или маргарином, и всыпать туда же рис, отваренный до полу готовности. Взбить яйца со сметаной, добавить к ним тертый сыр, посолить, поперчить и заправить мускатным орехом. Залить кабачки получившейся массой, слегка перемешивая их вилкой. Поставить форму в духовку, негретую до 180° С, примерно на 40 мин (пока масса как следует не подрумянится).

• Рис сделается мягким, после того как впитает воду из кабачков.

Кабачки с салом запеченные

2—3 кабачка, 1/3 стакана бульона, 1 небольшая луковица, 1 ст. ложка томата-пасты, 1 яйцо, 100 г свиного сала, 1.5 ст. ложки сыра.

Очищенные кабачки нарезать мелкими кубиками и потушить в буольоне с мелко нарезанным и поджаренным на свином сале луком. Заправить томатом-пастой, добавить рубленое крутое яйцо и поджаренные кусочки свиного сала. Все хорошо перемешать. Посыпать тертым сыром и запечь в нагретой духовке в течение 10 мин.

Кабачки, запеченные под молочным соусом

750 г кабачков, 1/2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки растительного масла, 1 стакан молочного соуса, 1 ст. ложка тертого сыра, соль. Для соуса: 2 стакана молока, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сливочного масла, соль.

Приготовить молочный соус. Для этого обжарить на сливочном масле муку и, непрерывно помешивая, развести ее горячим молоком; добавить соль по вкусу и кипятить 5—7 мин.

Кабачки очистить от кожицы и семян, нарезать кружками толщиной 2 см, слегка посолить, обвалять в муке и обжарить с 1 ст. ложкой растительного масла. Жареные кабачки разложить на сковороде, залить молочным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть 1 ст, ложкой масла и запечь в нагретой духовке.

Кабачки фаршированные овощами, по-монастырски

2 небольших кабачка, 2 луковицы, 1 свекла, 1 морковь, 2 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени, 1 ст. ложка растительного масла, 3 стакана воды, соль.

Очищенные кабачки разрезать вдоль на две части, удалить сердцевину, мелко порубить ее для фарша. Овощной фарш приготовить из мелко нарезанных сырых овощей, наполнить им кабачки и положить в посуду. В кипящую воду добавить растительное масло, сметану, залить этой смесью кабачки, полностью покрыв их. Поставить на огонь, довести до кипения, посолить и варить 5—6 мин, не перемешивая. Настаивать без нагревания 10—15 мин. При подаче посыпать кабачки измельченной зеленью, полить оставшимся отваром.

Кабачки, фаршированные творогом (румынская кухня)

500 г кабачков, 150 г творога, 2 яйца, 25 г сливочного масла, 1 ст. ложка топленого масла, 1 ст. ложка тертого сыра, 2 ст. ложки сметаны, 2 стакана кипящей воды, 10 г укропа, соль.

Кабачки очистить, обрезать с обоих концов и осторожно ложкой вынуть семена, затем обдать кабачки кипящей водой. Приготовить фарш, для чего тщательно растереть творог, яйца, сливочное

масло и тертый сыр. Этим фаршем наполнить кабачки и поджарить их на топленом масле в духовке до образования румяной корочки. Перед подачей на стол полить сметаной, посыпать укропом.

Молодые кабачки, фаршированные сыром

750 г молодых кабачков, 100 г тертого сыра, 20 г молотых сухарей, 1/4 лимона, 2 ст. ложки масла, 100 г сметаны, соль.

Очистить кабачки от кожицы, разрезать пополам, удалить сердцевину, обжарить ее на масле, смешать с натертым сыром, перемешанным с молотыми сухарями. В приготовленную массу добавить сок 4 лимона, нафаршировать этой массой кабачки, положить их в глубокую сковороду (или в низкую кастрюлю), залить сметаной и запечь в духовке до готовности.

Кабачки, фаршированные рыбой

600 г кабачков, 250 г рыбы, 3 яйца, 100 г майонеза, 40 г томата-пасты, 100 г помидоров, 60 г красного сладкого перца, 40 г растительного масла, 40 г зеленого салата, 1/2 лимона, 40 г салатной заправки, перец, соль.

Кабачки, очищенные от кожицы, нарезать кружочками толщиной 1 —1,5 см, посыпать солью и перцем и обжарить до готовности, не подрумянивая. На каждый кружок кабачка положить фарш, по краям фарша положить мелко нарезанные помидоры и ошпаренный сладкий красный перец, украсить листьями салата. На фарш положить тонкие ломтики лимона без кожицы. Полить все салатной заправкой.

Приготовление фарша. Вареную рыбу и сваренные вкрутую яйца мелко нарезать, заправить смесью майонеза с томатом-пастой и перцем.

Приготовление заправки. Измельченную зелень растолочь в миске, добавить 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки воды, перемешать, заправить по вкусу лимонным соком или уксусом, солью и сахаром.

Кабачки соленые (румынская кухня)

10 кг кабачков, 15—20 стеблей укропа, 20 листьев хрена, 3—4 головки чеснока, 2—3 стручка красного жгучего перца, 20 листьев сельдерея, 100 листьев вишни, 5 0 листьев черной смородины, 80 стеблей эстрагона, 5 л воды, 1 /2 стакана соли.

Кабачки промыть со щеткой в теплой воде, срезать хвостики и плодоножки, сделать наколы острой деревянной палочкой толщиной в спичку. Уложить кабачки в бочку рядами. Пряности уложить на дно, в середину бочки и поверх кабачков. Залив рассолом, оставить для брожения на 2 дня, затем долить рассол так, чтобы он хорошо покрыл овощи, и поставить в холодное место (погреб) на 1 месяц, после чего кабачки готовы. Крышку обернуть в холстину.

• Кабачки очень нежны и быстро портятся, поэтому солеными их долго не держат, стараясь употреблять в пищу быстрее, чем огурцы.

Кабачки, консервированные кусочками в томатном соусе

350 г кабачков, 350 г томатного соуса, 300 г овощного фарша. Для овощного фарша: 1,8 кг моркови, 220 г репчатого лука, 80 г кореньев пастернака, 40 г кореньев петрушки, 40 г кореньев сельдерея, 30 г зелени петрушки, по 15 г зелени укропа и сельдерея, 40 г соли, растительное масло.

Кабачки тщательно вымыть, обрезать концы. Нарезать кабачки кубиками (2—2,5 см), бланшировать 3—5 мин в кипящей воде и охладить в холодной воде. Смешать кабачки с овощным фаршем и уложить в банки. Залить томатным соусом и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 90 мин, литровые — 120 мин. Приготовление овощного фарша. Морковь, коренья пастернака, петрушки и сельдерея тщательно вымыть, обрезать головки и корешки, соскоблить кожицу. Очищенную морковь нарезать лапшой толщиной 5—7 мм, белые коренья нарезать кружками толщиной 4—5 мм. Лук очистить и нарезать кольцами или пластинками. Нарезанные овощи поджарить в растительном масле по отдельности. Охлажденные овощи смешать, добавить мелко нарезанную зелень и соль.

Огурцы. Рецепты блюд и изделий из огурцов

Салат-желе из свежих огурцов с творожной массой

5 свежих огурцов, 1/2 ст. ложки лимонного сока, 100 г творожной массы, 2 ст. ложки молока, 15 г листьев салата, соль.

Порошок желатина всыпать в холодную воду (1/2 стакана), дать постоять примерно 30 мин. В кастрюле вскипятить 2 стакана воды и влить в нее подготовленный желатин, дать ему полностью раствориться, затем процедить и охладить до 35—40° С; добавить лимонный сок, свежие огурцы, нарезанные тонкими ломтиками и соль. Перемешать, налить в металлическую форму и охладить до полного затвердения желе, после чего выложить его на тарелку, выстланную зелеными листьями салата. В творожную массу добавить молоко, взбить до пышного состояния. Полученной массой покрыть готовый салат-желе.

Свежие огурцы с массой из хрена и чеснока

3 свежих огурца, 1 чайная ложка готового хрена, 1 чайная ложка растительнго масла, 3 зубчика чеснока.

Огурцы вымыть, очистить, разрезать вдоль пополам, смазать половинки смесью хрена, рубленого чеснока и растительного масла. Подать с ржаным хлебом.

Свежие огурцы по-французски

Свежие огурцы вымыть, очистить, если горькие, нарезать дольками, положить в салатницу, добавить кубики пищевого льда, залить подсоленной водой. Можно положить в воду несколько листочков мяты.

• Подготовленные таким образом огурцы получаются приятно холодными и хрустящими.

Свежие огурцы с медом

Крепкие зеленые огурцы вымыть, очистить, нарезать тонкими кружочками, полить медом.

Суп из свежих огурцов

3 свежих огурца, 1 большой помидор, 1,5л бульона или воды, 100 г шпика, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки масла, зелень, сметана, сосиски, соль.

Огурцы очистить, удалить семена, нарезать мелкими кусочками. Шпик нарезать, растопить в кастрюле, в образовавшемся жире потушить нарезанные огурцы, добавить очищенный помидор без

кожицы, горячий бульон или воду. Прогретую на сковороде муку смешать с маслом и положить в готовый суп, проварить его, посолить по вкусу, добавить мелко нарезанные зелень и сосиски. Подавать со сметаной.

Похлебка из свежих огурцов и капусты

3 свежих огурца, 100 г капусты, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени, 1 л воды, 3 ст. ложки маргарина, соль.

Огурцы и белокочанную капусту нарезать соломкой. Смесь залить кипящей соленой водой, довести до кипения, добавить маргарин и рубленую зелень.

Суп-таратор со свежими огурцами

3—4 свежих огурца, 200 г кислого молока или простокваши, 0,4 л воды, растительное масло, укроп, чеснок, грецкие орехи, соль.

Огурцы очистить, нарезать мелкими кубиками. Кислое молоко или простоквашу взбить с водой, положить в эту смесь огурцы. Добавить растертый чеснок, растительное масло, соль и укроп по вкусу. Перед подачей посыпать суп измельченными грецкими орехами.

Огурцы в сметанном соусе с сосисками

3 свежих огурца, 40 г сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка муки, 1/2 стакана сметаны, 250 г сосисок, соль, укроп, овощная приправа в порошке.

Вымытые огурцы очистить от кожицы, разрезать вдоль, вынуть сердцевину с семенами. Половинки огурцов нарезать тонкими брусочками. Растопить жир, положить в него огурцы, посолить, добавить 1 ст. ложку рубленого укропа и, закрыв крышкой, варить около 20 мин. Добавить к огурцам очищенные от оболочки и нарезанные мелкими кусочками сосиски, отварить.

Блюдо заправить сметаной, размешанной с мукой, прокипятить, добавив овощную приправу и подать с картофелем, обильно посыпав укропом.

• Картофель можно заменить белым хлебом.

Огурцы, тушенные в сметане, с гренками

600 г свежих огурцов, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки топленого масла, 1/2 стакана сметаны, 1 ст. ложка томата-пюре или сметанного соуса, соль, молотый перец укроп по вкусу. Для гренок: 120 г белого хлеба, 1 яйцо, 2/3 стакана молока, 1/2 ст. ложки сахара.

Очищенные от кожицы свежие огурцы нарезать тонкими ломтиками, слегка посыпать солью, перцем, обвалять в муке и обжарить в топленом масле. Обжаренные огурцы положить в кастрюлю, добавить сметану или сметанный соус, томат-пюре и, закрыв крышкой, тушить при слабом кипении до тех пор, пока огурцы не станут достаточно мягкими. Перед подачей огурцы вместе с соусом положить на тарелку и посыпать укропом. Вокруг огурцов положить гренки из белого хлеба.

Огурцы, запеченные в сметане

600 г свежих огурцов, 1 ст. ложка муки, 30 г маргарина, 1/2 стакана сметаны, 3 яйца, соль, молотый перец.

Свежие огурцы разрезать вдоль, посыпать солью, перцем, обвалять в муке и обжарить на маргарине до образования румяной корочки. Обжаренные огурцы положить на сковороду, залить сметаной, смешанной с яйцами, и запечь в духовке.

Огурцы, запеченные с сыром

600 г свежих огурцов, 1 луковица, 1,5 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка муки с верхом, 200 г сметаны, 50 г тертого сыра, соль, молотый перец, мускатный орех.

Очищенные огурцы разрезать вдоль на 4 части, удалить семечки и нарезать кусочками. Опустить нарезанные огурцы в кипящую подсоленную воду и варить около 10 мин, затем процедить. В кастрюле пассеровать на сливочном масле или маргарине мелко нарезанный лук, не давая ему подрумяниться. Добавить муку и, помешивая, влить сметану. Когда соус загустеет, залить им огурцы, положенные в смазанную маслом огнеупорную форму, и сверху посыпать тертым сыром.

Можно, кроме того, по вкусу посолить, поперчить и заправить мускатным орехом. Запечь в духовке.

• Такую запеканку можно подать как закуску или на гарнир к запеченному или жареному мясу.

Фаршированные огурцы тушеные

4 больших свежих огурца, 2 ст. ложки масла, 200 г вареного мяса или субпродуктов, 1 яйцо, 1 луковица, зелень петрушки, соль, молотый перец, 2 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложкамуки.

Огурцы очистить, разрезать вдоль пополам, удалить семена. Натереть огурцы солью, перцем, начинить каждую половинку, после чего сложить вместе, обвязать ошпаренной белой ниткой, положить в кастрюлю с горячим жиром. Тушить под крышкой на слабом открытом огне или в духовке. Готовые огурцы вынуть, снять нитки. Залить огурцы соусом, приготовленным на отваре от огурцов, добавить муку, сметану и зелень.

Приготовление фарша. Мелко нарезанный лук обжарить с кусочками шпика или маслом, добавить молотое мясо или субпродукты. В остывший фарш добавить взбитое яйцо, мелко нарезанную зелень петрушки, соль и перец по вкусу.

Огурцы, фаршированные по-гречески

6 свежих огурцов средней величины, 300 г рубленого мяса, 100 г белого хлеба или 2—4 ст. ложки отварного риса, 2 большие луковицы; 2 сырых или сваренных вкрутую яйца, петрушка, соль, молотый перец, 2—3 ст. ложки томатной пасты, сметана, укроп, сок лимона, жир для жарения.

Огурцы очистить, разрезать вдоль и вынуть ложкой семена. Очищенные половинки заполнить фаршем, сложить вместе, перевязать ниткой и уложить в смазанную жиром огнеупорную посуду. Несколько ложек сметаны смешать с томатной пастой.

Полученный соус вылить на подготовленные огурцы, сбрызнуть соком лимона и поставить тушить под крышкой на 20 мин.

Готовые огурцы посыпать рубленой зеленью укропа и подать с белым хлебом.

Приготовление фарша. Рубленое мясо смешать с мелко нарезанным репчатым луком, размягченным белым хлебом или рисом, добавить сырые или рубленые крутые яйца, зелень петрушки, соль, перец.

• При желании в соус можно добавить немного муки.

Соленые огурцы жареные

Крепкие соленые огурцы очистить, разрезать пополам в длину, обвалять в муке, обжарить в масле до подрумянивания. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью укропа, петрушки.

Соленые огурцы, фаршированные рыбой

400 г соленых огурцов, 200 г филе трески или другой рыбы, 30 г сливочного масла, ломтик пшеничного хлеба, 2 ст. ложки молока, 1 небольшая луковица, 2—3 дольки чеснока, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ст. ло.жка муки, 1 ст. ложка томатной пасты, зелень, соль, перец, лавровый лист.

Вареное филе рыбы пропустить через мясорубку, смешать с размоченным в молоке хлебом, добавить соль, перец и снова пропустить через мясорубку. Добавить сливочное масло и хорошо перемешать. Соленые огурцы разрезать вдоль пополам, удалить семена. Наполнить половинки огурцов рыбным фаршем и сложить, придав им вид целых огурцов.

Лук мелко нарезать, поджарить на растительном масле, добавить томатную пасту и, помешивая, хорошо прогреть. В сковороду положить обжаренную муку, рубленый чеснок, лавровый лист, перец, влить 1/2 стакана бульона, в котором варилась рыба, и прокипятить 5—10 мин.

Фаршированные огурцы положить в широкую кастрюлю, залить соусом, накрыть крышкой и тушить 5—10 мин, после чего снять с огня и остудить. При подаче посыпать зеленью.

Пирожки с солеными огурцами

450 г соленых огурцов, 100 г репчатого лука, 25 г жира для смазывания противня, 60 г сливочного масла. Для теста: 415 г муки, 40 г сахара, 45 г маргарина, 110 г воды, 7 г соли, 50 г яичной смеси (меланжа).

Из тонко раскатанного дрожжевого теста вырезать лепешки толщиной 10 мм. На середину лепешек положить начинку из соленых огурцов с пассерованным луком. Придать пирожкам форму полумесяцев, края защипнуть, дать тесту расстояться 10—15 мин, после чего смазать яичной смесью и поставить выпекать в духовку. Готовые пирожки смазать маслом.

Приготовление начинки. Соленые огурцы промыть, удалить сердцевину, нарезать мелкими кубиками, слегка обжарить на сковороде, добавить пассерованный лук и пожарить.

Соленые огурцы, запеченные с хлебной начинкой

250 г белого хлеба, 500 г соленых огурцов, 2 яйца, 4 ст. ложки сливочного масла, 50 г тертого сыра, 3 ст. ложки мелко нарезанной зелени.

Крупные крепкие соленые огурцы очистить, нарезать на кружки толщиной 2—3 см, вырезать середину, порубить ее. Черствый белый хлеб нарезать мелкими кубиками, добавить рубленые огурцы, зелень петрушки, растопленное сливочное масло, взбитые яйца, все перемешать. На раскаленную сковороду с жиром положить кружки из огурцов, заполнить подготовленным фаршем, посыпать тертым сыром, запечь в духовке.

Перезрелые огурцы пастеризованные

1 кг огурцов, 2—3 зубчика чеснока, кусочек корня хрена, 20 г соли. Для заливки: на 1 л воды — 0,15 л столового уксуса, 50—125 г сахара, 1/2—2 ст. ложки горчицы.

Перезрелые огурцы (семенники) очистить, разрезать вдоль на 8 частей и ложкой удалить семена. Огурцы вымыть, пересыпать солью (20 г соли на 1 кг огурцов), уложить под гнет в эмалированный тазик и поставить в холодное место на 10—12 ч.

Отделить огурцы от сока с помощью дуршлага, разрезать их на 2—4 части и уложить в подготовленные для консервирования банки вместе с приправами. Залить горячим маринадом и пастеризовать при 90° С: литровые банки — 15—20 мин, трехлитровые — 30—35 мин.

Огурцы соленые с сахаром по-чешски (стерилизованные)

10 кг огурцов, 100—150 г зеле ни укропа, 20 шт. молодой моркови, 100— 150 г корня хрена, 5—7 луковиц. Для заливки: на 10 лводы — 2лстолового уксуса, 200 г соли, 300—700 г сахара, 8—10 лавровых листьев, по 25—30 горошин черного и душистого перца, 10—15 г семян горчицы.

Морковь, хрен и лук очистить и мелко нарезать. Огурцы плотно уложить в подготовленные банки, пересыпая смесью нарезанных овощей. Приготовить заливку и в горячем виде налить в банки с огурцами. Стерилизовать в кипящей воде: литровые банки — 35—40 мин, двух- и трехлитровые банки — 50—60 мин.

Сахар добавляют в заливку по вкусу.

Огурцы засоленные пряные

10 кг огурцов, 20 г свежего острого перца, 30 г чеснока, 50 г корня хрена, 50 г зелени эстрагона, 30 г зелени укропа, 5 г сушеных листьев майорана. Для рассола: на 10 л воды — 620—640 г поваренной соли (в зависимости от величины огурцов).

Солить огурцы обычным способом. Оригинальность способа состоит в том, что эстрагон придает огурцам очень приятный запах и способствует сохранению зеленой окраски огурцов.

Огурцы, засоленные со сладким перцем

10 кг огурцов, 2,6 кг сладкого перца, 60 г чеснока, 350 г зелени укропа, 10 г красного острого перца, 60 г вишневых листьев, 9 лавровых листьев, 60 г дубовых листьев. Для рассола: на 10л воды — 836—946 г поваренной соли (при засолке крупных огурцов), или 727—836 г (при засолке огурцов средней величины), или 620—727 г (при засолке мелких огурцов).

Перец вымыть, очистить от семян и уложить в банки вместе с огурцами. Для ускорения брожения огурцы предварительно на 2—3 мин опустить в кипящую воду. Солить в небольшой эмалированной посуде. На дно положить приправы, сверху -огурцы. Залить рассолом с избытком. Сверху положить деревянный кружок или фарфоровую тарелку и гнет. Накрыть посуду чистой тканью и выдержать при комнатной температуре несколько дней до начала молочнокислого брожения, затем перенести их в холодное помещение с температурой 0—1° С. Через 10—15 дней, когда ферментация закончится, долить рассолом до краев и закрыть крышкой.

• Перед употреблением огурцы с перцем нарезать и заправить растительным маслом.

Огурцы с соком из смородины стерилизованные

Одинаковые по размеру небольшие свежие огурцы, 2—3 горошины черного перца, 2—3 почки гвоздики, 1—2 зубчика чеснока, по веточке укропа и мяты на литровую банку. Для заливки: на 1 л воды — 0,25 л сока красной смородины, 50 г соли, 20 г сахара.

Огурцы промыть, срезать кончики. На дно банок положить пряности и пряные травы, установить огурцы в банках вертикально. Заливку довести до кипения и разлить по банкам. Сразу закрыть банки крышками и стерилизовать 8 мин.

Тыква. Рецепты блюд и изделий из тыквы

Салат из свежей тыквы

300 г тыквы, 2 яблока или 100 г клюквы, соль, сахар, 1/2 стакана сметаны, зелень.

Очищенные тыкву и яблоки натереть на средней терке, добавить приправу по вкусу, перемешать со сметаной, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа. Если вместо яблок добавлять в салат клюкву, то ее перед этим надо хорошо промыть и протереть через сито.

Салат из свежей тыквы с медом

300 г тыквы, 200 г репы, 250г яблок, 120 г меда.

Сырую тыкву нарезать мелкими кубиками, смешать с медом и оставить на 40 мин. Очищенные от семян яблоки и репу нарезать мелкими кубиками и хорошо перемешать с тыквой.

Сладкий салат из тыквы

200 г тыквы, 1 большое кислое яблоко, 2 ст. ложки кислого ягодного или лимонного сока, тертая апельсинная или лимонная корка (цедра), 1 —2 ст. ложки меда или сахара, 2—3 ст. ложки очищенных орехов.

Вымытую тыкву очистить, натереть на мелкой терке, добавить нарезанное соломкой или натертое на крупной терке яблоко, заправить кислым ягодным или лимонным соком, натертой апельсинной или лимонной коркой, медом или сахаром. При подаче посыпать толчеными орехами.

Салат из тыквы с луком и хреном

150 г тыквы, 1 большая луковица, 1 ст. ло.жка тертого хрена, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени укропа и петрушки, 1 ст. ложка измельченного зеленого лука, 1/2—3/4 стакана майонеза, перец и горчица по вкусу.

Тыкву вымыть, очистить, натереть на крупной терке, добавить мелко натертые лук и хрен, зелень и майонез, перец и горчицу по вкусу.

Маринованная тыква

500 г тыквы, 1 стакан столового уксуса или раствора лимонной кислоты, 3/4 стакана сахара, 4—5 почек гвоздики, корица, лимонная или апельсинная корка.

Вымытую тыкву нарезать ломтями, удалить семенную часть, очистить, нарезать кубиками или брусочками. Сварить маринад из уксуса или раствора лимонной кислоты, сахара и пряностей, добавить в него кусочки тыквы и варить до тех пор, пока они не станут прозрачными, но не слишком мягкими. Переложить кусочки тыквы шумовкой в банку, залить горячим маринадом, банку закрыть. Хранить в холодильнике.

• Эту тыкву хорошо подавать к белому мясу.

Тыква с орехами

500 г тыквы, 100 г очищенных орехов, 1 лимон, мед или сахар.

Тыкву очистить, натереть на терке стружкой. С лимона на терке стереть цедру, выжать из него сок. Орехи мелко порубить или размолоть в кофемолке. Все смешать, добавить мед.

• Вместо лимона можно использовать протертую клюкву.

Тыква в сладком маринаде

500 г тыквы, 1 стакан воды, 1 стакан сахара, 4 ст. ложки уксуса, корица, лимонная корочка или гвоздика.

Тыкву нарезать ломтями, очистить, вырезать сердцевину с семенами и затем нарезать ломтиками. Вскипятить воду с сахаром, добавить пряности, уксус или разведенную лимонную кислоту и залить этим горячим маринадом тыкву. После охлаждения маринад слить, снова вскипятить, опустить в него тыкву и варить на слабом огне до тех пор, пока она не станет прозрачной.

• При длительном хранении гвоздику и корицу из сиропа вынимают.

Тыква с фруктами

250 г тыквы, 20 г сливочного масла, 250 г яблок, 250 г слив, 2 ст. ложки изюма, 40—50 г сахара, 2 щепотки корицы, 1/2 бутылки кефира или простокваши.

Очищенную тыкву нарезать дольками и припустить в масле с небольшим количеством воды. Фрукты измельчить, перемешать с изюмом и тыквой, посыпать сахаром, корицей и добавить кефир или простоквашу.

Тыквенный суп

500 г тыквы, 100 г манной крупы (или 80 г риса), 1,5 л молока, 3,5 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки маргарина, соль.

Тыкву, очищенную от кожицы и семян, нарезать мелкими кубиками и варить в молоке с добавлением маргарина, сахара и соли, часто помешивая, до мягкости. Всыпать манную крупу и варить до готовности.

• Если вместо манной крупы используют рис, то сначала надо отварить в молоке рис, а затем положить тыкву.

Суп-пюре молочный с тыквой и манной крупой

1 кг тыквы, 1/2 чайной ложки сахара, соль, 2 ст. ложки ливочного масла, 4 стакана молока, 1,25 ст. ложки манной крупы, 1/2 стакана коды.

Тыкву очистить от кожуры и семян, промыть, нарезать мелкими кусочками, сложить в кастрюлю, залить небольшим количеством воды, посолить по вкусу, добавить сахар, сливочное масло (1 ст. ложка) и тушить до готовности, после чего протереть вместе с жидкостью через мелкое сито. В другой кастрюле вскипятить молоко и, помешивая, всыпать манную крупу. Варить 5—8 мин, затем добавить протертую тыкву, хорошо размешать и варить еще 5—8 мин. Готовый суп заправить сливочным маслом (1 ст. ложка).

Тыква в молоке

750 г тыквы, 2 стакана молока, 2 чайные ложки муки, 1 ст. ложка сахара, 1/2 чайной ложки топленого масла, соль.

Очищенную от кожуры и семян тыкву нарезать ломтиками, отварить в подсоленной воде и откинуть на сито. В горячее молоко добавить обжаренную на топленом масле до светло-желтого цвета муку, сахар, отваренную тыкву, довести смесь до кипения.

Острый суп из тыквы

500 г тыквы, 1 ст. ложка маргарина, мука для подболтки, сахар и уксус по вкусу, соль, зелень (укроп, эстрагон).

Очищенную тыкву нарезать кусочками, потушить в 0,5 л подсоленной воды, протереть через сито. Приготовить подболтку из маргарина и небольшого количества муки, хорошо перемешать ее с кашицей из тыквы, довести до кипения, добавить уксус и сахар по вкусу, зелень.

• Хорошо подать к этому супу пожаренные кубики шпика и сухарики из черного хлеба.

Тыква тушеная пикантная

500 г тыквы, 1,5 ст. ложки маргарина или 25 г сала, 1 луковица, 1 яблоко, 1 маринованный огурец, соль, сахар, зелень укропа.

Нарезанную маленькими кусочками тыкву потушить почти до готовности, добавив маргарин или растопленное сало и измельченный лук. Затем положить нарезанное кусочками яблоко и нарезанный мелкими кубиками маринованный огурец и тушить все вместе до полной готовности. Добавить соль, сахар по вкусу и мелкорубленый укроп.

Тыква по-венгерски

500 г тыквы, 100 г сладкого болгарского перца, 50 г свиного сала, 1 луковица, 125 г бульона или воды, 2 ст. ложки муки, 1/2 стакана сметаны, укроп, соль.

Нарезанную кусочками тыкву потушить с нарезанным полосками слаким перцем и поджаренным на свином сале мелко нарезанным луком в бульоне или подсоленной воде. Заправить слегка поджаренной мукой. Перед подачей смешать с зеленью и сметаной.

Голубцы с тыквой

700 г тыквы, 1 кочан свежей белокочанной капусты, 500 г отварного риса, 3 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки маргарина, 1 стакан сметанного соуса, зелень, соль.

Очищенную от кожуры и семян тыкву нарезать дольками и припустить с маргарином, добавить сваренный до полуготовности рис, сахар, соль, хорошо перемешать. Капустные листья подготовить, как для голубцов, положить на них фарш, завернуть, придавая изделиям цилиндрическую форму. Залить бульоном и припустить, добавить сметанный соус и тушить 10—15 мин. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью.

Тыква в сметанном соусе

400 г тыквы, 2.5 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 30 г муки, 1 стакан молока, 1/2 стакана сметаны, соль, сахар, кусочек лимона, укроп, овощная приправа в порошке.

Очищенную тыкву нарезать не очень большими кубиками и отварить в подсоленной воде. Муку слегка поджарить на жире, развести молоком и сметаной, прокипятить. Положить в этот соус тыкву, заправить по вкусу солью и сахаром, овощной приправой, соком лимона (или положить кусочек лимона). При подаче посыпать тыкву измельченным укропом, можно украсить яичницей-глазуньей.

Тыква, жаренная ломтиками

200 г тыквы, 1 ст. ложка муки, 1 чайная ложка сахара, 1 ст. ложка сливочного масла.

Очищенную тыкву нарезать тонкими ломтиками, обвалять в муке и обжарить на сковороде с маслом до готовности. Горячие ломтики посыпать сахаром.

• Отдельно к тыкве можно подать сметану.

Тыква в тесте, жаренная во фритюре

700 г тыквы, 2 яйца, 1 стакан муки, 50 г сливочного масла, 2/3 стакана молока, соль, 1 стакан растительного масла.

Очищенную тыкву нарезать тонкими ломтиками и слегка обжарить на сливочном масле. В миску всыпать муку, размешать ее с молоком и растертыми с солью желтками, после чего осторожно ввести взбитые белки. Погрузить ломтики тыквы в тесто и, накалывая каждый на вилку, опускать их поочередно в кипящее растительное масло. Обжаренные кусочки вынимать шумовкой и складывать в дуршлаг. Когда масло стечет, подать к столу.

Тыква, тушенная с яблоками

200 г тыквы, 1 яблоко (лучше антоновское), сахар, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина.

Очищенную тыкву нарезать ломтиками и отварить до мягкости в небольшом количестве воды, добавить нарезанное дольками яблоко, сахар по вкусу и тушить до мягкости яблок. Заправить маслом.

Подать с гренками.

Тыква, тушенная с кизилом

500 г тыквы, 1 стакан кизила сушеного без косточек, 2 луковицы, соль.

Тыкву, очищенную от кожицы и семян, нарезать кусочками, положить в кастрюлю, залить кипящей подсоленной водой так, чтобы она покрыла тыкву, и, закрыв крышкой, варить до готовности. Затем охладить, мелко нарезать, добавить нашинкованный сушеный кизил без косточек, нашинкованный репчатый лук, переложить в сотейник, немного потушить и снять с огня.

Запеканка из тыквы и картофеля

1 кг желтой тыквы, 2 крупные картофелины, 100 г тертого сыра, 100 г сливочного масла, 4 яйца, соль, молотый перец, мускатный орех, панировочные сухари, 1 кусок сахара.

Тыкву и картофель очистить, нарезать кубиками, залить водой и варить 30 мин, добавив кусок сахара. Воду слить, а тыкву и картофель протереть через сито. В пюре добавить половину нормы сливочного масла, тертый сыр, яйца, посолить, поперчить, заправить мускатным орехом и тщательно перемешать. Переложить пюре в смазанную сливочным маслом форму для запекания, посыпать панировочными сухарями, сверху положить несколько кусочков сливочного масла. Запекать в нагретой духовке 20 мин.

Запеканка из тыквы и картофеля по-другому

750 г очищенной тыквы, 2 крупные картофелины, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 100 г твердого сыра, соль, молотый перец.

Нарезанную кубиками тыкву варить в подсоленной воде 20 мин. Отдельно сварить картофель. Сваренные тыкву и картофель размять, перемешать, ввести взбитые яйца, сливочное масло, соль, перец. Выложить массу ровным слоем на противень, посыпать сыром, поместить в нагретую духовку и запекать 20 мин.

Запеканка из тыквы с пшеничным хлебом и курагой

1 кг тыквы, 200 г пшеничного хлеба, 1 стакан молока, 1/2 стакана кураги или изюма, 1 ст. ложка маргарина, 1 ст. ложка панировочных сухарей, 2 ст. ложки сахара, 1 яйцо.

Очищенную от кожуры и семян тыкву нарезать дольками, отварить в молоке, размять толкушкой, добавить заранее замоченный хлеб, сваренную курагу или изюм, сахар. Массу тщательно перемешать, выложить на сковороду, смазанную маргарином и посыпанную панировочными сухарями, поверхность смазать яйцом, размешанным с 2 ст. ложками молока или воды. Запекать в нагретой духовке 20 мин.

Тыква в песочном тесте

1 кг тыквы, 100 г сахара, 2 яйца, жир, мускатный орех, цедра лимона, корица, 400 г песочного теста.

Очищенные куски тыквы положить на смазанный жиром противень и запечь в духовке до готовности. Протереть тыкву через сито, добавить сахар, яичные желтки, пряности. Все перемешать, ввести взбитые в густую пену белки.

Песочное тесто раскатать в круглый пласт, обложить им форму изнутри и выпечь его в горячей духовке в течение 10 мин. Вынуть из духовки, середину заполнить подготовленной тыквенной массой и запечь до готовности.

• Запеченную таким образом тыкву можно подавать горячей или холодной с молоком, кофе или фруктовым соусом.

Суфле из тыквы

1/2 тыквы средней величины, 1 ст. ложка молотых сухарей, 1/4 стакана сахара, 5 яиц, 1,5 ст. ложки сливочного масла, 1—2 чайные ложки молотой корицы.

Удалить из тыквы середину с семенами, нарезать мелкими ломтиками или натереть на крупной терке, положить в кастрюлю с толстым дном, залить водой и варить до мягкости, не переваривая, чтобы тыква не потеряла свой вкус. Откинуть на сито или дуршлаг и, когда вода стечет, протереть тыкву через сито в глубокую миску. В протерную массу всыпать молотые сухари, сахар, корицу, перемешать и слегка остудить. Ввести в массу при помешивании желтки по одному, добавить

сливочное масло, хорошо размешать, добавить взбитые белки, осторожно перемешать и переложить в форму (глубокую сковороду с толстым дном), смазанную маслом и посыпанную сухарями. Запечь в духовке за полчаса до подачи. При подаче выложить из формы.

Пудинг из тыквы с творогом

500 г тыквы, 500 г творога, 100 г масла или маргарина, 4 яйца, цедра лимона, корица или ванилин, 1,5 стакана сахара, молотые сухари.

Очищенную тыкву нарезать кусочками, обжарить в жире, положить в смазанную жиром, посыпанную сухарями форму, чередуя слои тыквы со слоями творога.

Творог подготовить следующим образом: масло, остывшее после обжаривания тыквы, сахар, яичные желтки и специи взбить, добавить творог, 2 ст. ложки молотых белых сухарей (или картофельного крахмала), половину нормы взбитых яичных белков.

Поверхность массы в форме посыпать молотыми сухарями. Выпекать в духовке 20 мин. Вынуть запеканку из духовки, покрыть поверхность оставшимися взбитыми с сахаром белками и снова поместить в духовку, чтобы белки приобрели чуть желтоватую окраску. Подать с фруктовым соусом.

Запеканка из тыквы, манной каши и творога

1 кг тыквы, 500 г творога, 150 г манной крупы, 2 стакана молока, 4 яйца, 1/2 стакана воды, 50 г сливочного масла или маргарина, сметана, соль, тмин.

Из манной крупы сварить на молоке вязкую кашу. Очищенную тыкву нарезать кусочками и пожарить на сливочном масле или маргарине до готовности. Творог протереть. Смешать манную кашу, жареную тыкву и протертый творог, добавить смешанные с водой 3 яйца, соль, тмин и все тщательно перемешать. Выложить массу на смазанный маслом противень или сковороду, поверхность выровнять и смазать яйцом. Запекать в духовке 20 мин. При подаче полить сметаной.

Тыква фаршированная с чесноком и помидорами

1 целая тыква (800 г), 60 г чеснока, 80 г зелени петрушки, 3,5 ст. ложки растительного масла, 400 г помидоров, 4 граненых стакана воды, перец, соль.

Тыкву промыть, очистить от кожуры, удалить плодоножку и семена, выдержать в холодной подсоленной воде 4—5 мин и откинуть на сито. Тыкву слегка отжать, вынуть сердцевину. Порубить сердцевину вместе с чесноком и зеленью петрушки, посолить, посыпать перцем и обжарить на растительном масле. Этой массой нафаршировать подготовленную тыкву, положить в кастрюлю, вокруг тыквы выложить нарезанные помидоры, залить все кипящей водой и тушить на слабом огне до готовности. Подать можно как в холодном, так и в горячем виде.

Тыква, фаршированная по-румынски

1 небольшая тыква, 150 г риса, 100 г помидоров, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 100 г сыра, 100 г подсушенного белого хлеба. 30 г растительного масла, соль, перец, бульон.

Небольшую тыкву очистить, разрезать пополам, вынуть содержимое и начинить смесью из предварительно замоченного риса, нарезанных кубиками помидоров, мелко нарезанного и отдельно поджаренного лука, разрезанного пополам зубчика чеснока, заправленной солью и перцем. Нафаршированные половинки тыквы посыпать тертыми хлебом и сыром, полить растительным маслом и поставить в сильно нагретую духовку на 15—20 мин, добавить в них 0,25 л бульона.

Тыква, запеченная с брынзой и помидорами

1 небольшая тыква, 3 помидора, 100 г брынзы, жир, соль.

Небольшую тыкву разрезать на 4 части, удалить семена, сварить в подсоленной воде, после чего снять кожуру и нарезать тыкву ломтиками. На смазанный маслом противень положить ломтики тыквы, пересыпать их тертой брынзой, сверху положить ряд красных помидоров, нарезанных кружочками. Полить все жиром и запечь в хорошо нагретой духовке.

Тыква, запеченная с урюком под молочным соусом

1 кг тыквы, 100 г сливочного масла, 500 г урюка, 1,5 ст. ложки сахара, 1,5 граненого стакана молока, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки молотых сухарей.

Очищенную тыкву нарезать мелкими кубиками, обжарить, соединить с нашинкованным урюком, посыпать сахаром и выложить на смазанную маслом сковороду. Залить молочным соусом, посыпать сухарями, сбрызнуть растопленным маслом и запечь.

Каша из тыквы и пшена

400 г тыквы, 1/2 стакана молока, 2—3 ст. ложки сливочного масла, 2—3 ст. ложки пшена, 1 ст. ложка меда, 1 —2 ст. ложки изюма без косточек, соль.

Очищенную тыкву натереть на крупной терке и тушить в толстостенной кастрюле с молоком и маслом на небольшом огне до полуготовности (примерно 20 мин). Затем добавить промытое пшено, соль, мед, изюм, все размешать и продолжать варить под крышкой до готовности. Кастрюлю с готовой кашей завернуть в бумагу или подержать в закрытой духовке.

Каша из тыквы и риса

800 г очищенной тыквы, 4,5 стакана молока, 1 стакан риса, 100 г сливочного масла, 1 ст. ложка сахара, соль.

Тыкву нарезать кусочками, залить 1,5 стакана молока, разварить на слабом огне, остудить и протереть через сито. Рис промыть, залить подсоленным молоком (3 стакана) и сварить рассыпчатую кашу. Когда каша сварится, смешать ее с тыквой и сахаром, положить сливочное масло и поставить в нагретую духовку, чтобы каша подрумянилась. При подаче полить сладким молочным или фруктовым соусом.

Каша из тыквы и манки

1 кг тыквы, 1/2 стакана манной крупы, 1 стакан молока, 2 ст. ложки сахара, 3 ст. ложки сливочного масла, соль.

Тыкву с ярко-желтой мякотью очистить от кожицы и семян, нарезать мелкими кусочками, припустить со сливочным маслом и молоком до полуготовности. Постоянно помешивая тыкву, всыпать в кастрюлю манную крупу, сахар, соль и довести до готовности. Заправить кашу маслом.

Блины тыквенные

500 г тыквы, 2 стакана пшеничной муки, 1 стакан гречневой муки (молотая гречка), 3 стакана молока, 50 г дрожжей, 3 яйца, 1 ст. ложка сахара, соль.

Влить в кастрюлю 2 стакана теплого молока, развести в нем дрожжи, всыпать пшеничную муку, замесить опару и дать ей подойти. Очищенную тыкву сварить в подсоленной воде до готовности, остудить и протереть через сито. Выложить тыквенное пюре в подошедшую опару, добавить растертые с солью и сахаром желтки, гречневую муку, молоко и хорошо размешать. Белки взбить, осторожно ввести в тесто и дать ему снова подняться. Из приготовленного теста выпекать блины обычным способом.

Оладьи из тыквы с семечками

800 г тыквы, 2 яйца, мука, соль, животный жир или растительное масло.

Очищенную тыкву натереть на терке или пропустить через мясорубку, добавить яичные желтки, соль по вкусу, муку (сколько возьмет), рубленые семечки тыквы, ввести взбитые в густую пену белки. На разогретой с жиром сковороде испечь из приготовленного теста оладьи. Подать со сметаной, сахаром, корицей или вареньем.

Оладьи из тыквы и картофеля

500 г тыквы, 500 г картофеля, 2 ст. ложки муки, 2 яйца, 1/2 стакана сметаны, соль.

Очищенные тыкву и сырой картофель натереть на терке, добавить желтки, соль, муку, хорошо перемешать, осторожно ввести взбитые белки. Из приготовленной массы выпечь на хорошо разогретой сковороде с маслом оладьи. Подать со сметаной.

Пирожки с тыквой

1 кг тыквы, 800 г муки, 400 г сметаны, 400 г маргарина, 250 г сахара, соль.

Размягченный маргарин взбить, добавить сметану, соль, перемешать до получения однородной массы, всыпать муку и замесить тесто. Раскатать тесто в пласт толщиной 3—4 мм, нарезать квадратиками, на середину каждого положить натертую на мелкой терке и смешанную с сахаром тыкву, соединить края теста и защипнуть. Выпечь пирожки в нагретой духовке. Можно предварительно смазать их яйцом.

Пирог с тыквой и черносливом (французская кухня)

Для сдобного теста: 1 стакан муки, 1 ст. ложка растолченного сахара, чуть-чуть соли, 1 яичный желток, 125 г сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка холодной воды.

Для начинки: 1 кг тыквы, 2 стакана сливок 10%-ных, 120 г сливочного масла, 25—40 шт. чернослива (в зависимости от величины), сахар по вкусу.

Муку, сахар и соль высыпать в миску, смешать, разровнять и сделать в середине ямку, куда вылить яичный желток, размягченное сливочное масло, воду, и месить рукой до тех пор, пока тесто не соберется в один комок. Поставить в холодильник на 2 ч или на ночь.

Форму для выпечки торта смазать внутри маслом, на дно положить кружок белой промасленной бумаги (или пергамента) и такой же промасленной бумагой выложить боковые стенки формы. На дно насыпать сухой рис или горох, который при выпечке не даст тесту подняться.

Охлажденное тесто раскатать в пласт толщиной примерно 3 мм, перенести в подготовленную форму так, чтобы оно плотно облегало ее стенки (после выпечки получится форма из теста). Перед тем как посадить в духовку, наколоть тесто вилкой.

Поставить форму с тестом в предварительно нагретую духовку и печь при умеренной температуре до подрумянивания (15—20 мин).

Приготовить начинку: тыкву очистить от кожуры, натереть на крупной терке, положить в толстостенную кастрюлю вместе со сливочным маслом, влить немного сливок и тушить на слабом огне, пока не образуется пюре. Размочить чернослив, вынуть из него косточки. Когда тыква будет совсем мягкой, добавить в нее чернослив, сливки и сахар по вкусу. Остудить.

Выложить начинку в выпеченную из сдобного теста форму, разровнять и поставить в сильно нагретую духовку (230° С) на 10—15 мин, чтобы тыква сверху подрумянилась и покрылась хрустящей корочкой. Пирог можно подавать как в горячем, так и в холодном виде.

Торт из тыквы

Для теста: 250 г муки, 150 г сливочного масла или маргарина, 1 чайная ложка сахара, щепотка соли. Для начинки: 1 кг тыквы, 100 г сахара,2 яйца, 4 ст. ложки молока или сливок, щепотка соли, тертая цедра 1/2 лимона.

Размягченное сливочное масло растереть с сахаром, добавить просеянную муку и соль, поставить на 1 ч в прохладное место.

Тыкву очистить, удалить семена. Нарезанную дольками тыкву выложить на противень (мясистой частью вверх), поместить в духовку и запекать при слабом нагреве в течение 1 ч. Тыква должна быть мягкой настолько, чтобы ее можно было легко протереть через сито. Протертую тыквенную массу (примерно 1 стакан) смешать с сахаром, желтками, молоком и специями. Отдельно взбить белки и осторожно ввести их в тыквенную массу.

Тесто раскатать. Форму для торта выложить приготовленным тестом, подняв края повыше, и влить в форму начинку. Края теста загнуть (поверхность можно смазать яйцом). Торт поставить в хорошо нагретую духовку и запекать 10 мин, затем уменьшить нагрев и продолжать выпечку еще 30 мин.

Крем тыквенный

500 г тыквы, 2 яйца, 1 чайная ложка желатина, щепотка ванилина (ва нильного сахара), 200 г сливок.

Очищенную от кожуры и сердцевины тыкву натереть стружкой или нарезать кубиками и тушить без воды. Заранее замоченный набухший в воде желатин развести 1 ст. ложкой горячих сливок. Желтки растереть с сахаром, добавить разведенный желатин, ванилин и тушеную тыкву. Сливки и белки взбить и вмешать в приготовленную массу. Крем разложить в формочки, смазанные растительным маслом, и охладить. Подавать с ягодным или фруктовым соусом или соком.

Варенье из тыквы

1 кг очищенной дыни, 1,2—1,5 кг сахара, 1/2 стакана воды, 200 г патоки, 1—2 чайные ложки раствора лимонной, кислоты.

Тыкву вымыть, разрезать пополам, срезать кожуру, удалить сердцевину с семенами, а мякоть нарезать ломтиками шириной 1—2 см, длиной 2—3 см, толщиной 1,5—2 см. Ломтики тыквы кипятить в воде 5—8 мин, затем охладить. Приготовить сахарный сироп из указанного количества сахара и воды, опустить в него ломтики тыквы, кипятить 5 мин, затем снять и выстаивать 7—8 ч. Затем снова поставить варить, добавив патоку. Незадолго до готовности влить в варенье раствор лимонной кислоты.

• В готовом варенье ломтики должны быть прозрачными.

Цукаты из тыквы

1 кг тыквы, 1,2 кг сахара, сок и цедра 1 лимона.

Нарезанную фигурными кусочками очищенную тыкву сложить в банку и залить содовым раствором (5—10 г пищевой соды растворить в 1 л воды). Выдержать в растворе 10—12 ч, промыть в проточной воде, дать обсохнуть и варить с сахаром на умеренном огне способом многократной варки с лимонным соком и цедрой. Горячее варенье откинуть на сито, тыкву подсушить на воздухе, обсыпать сахаром и хранить в закрытой посуде.

Мед из тыквы

1 кг тыквы, 250 г сахара, 0,5 г корицы.

Тыкву очистить, нарезать кусочками, посыпать сахаром и оставить на 2—3 ч. Поставить тыкву на огонь и по мере образования сока сливать его. Когда пюре загустеет настолько, что сока уже не будет, снять с огня. В слитый сок положить курицу и уварить его до густоты.

Кисель из тыквы и яблок

400 г тыквы, 2—3 яблока, 1,3 стакана сахара, 3 ст. ложки картофельного крахмала, лимонная кислота на кончике чайной ложки, 6,5 стакана воды.

Очищенные тыкву и яблоки нарезать дольками, положить в кипящую воду, сварить до мягкости, протереть вместе с отваром, всыпать сахар, довести до кипения, влить предварительно разведенный охлажденным отваром крахмал и разведенную лимонную кислоту. Снова довести до кипения (но не кипятить). Перед подачей кисель охладить.

Молочный кисель из тыквы

250—300 г тыквы, 800 г молока, 4—5 ст. ложки сахара, 3—4 чайные ложки крахмала, 1—2 ст. ложки измельченных ядер орехов.

Очищенную тыкву нарезать дольками, положить в кипящую воду, сварить до мягкости и потереть. Тыквенное пюре положить в горячее молоко, всыпать сахар, довести до кипения, заварить картофельным крахмалом, разведенным холодным молоком, снова довести до кипения (но не кипятить). При подаче посыпать орехами.

• К этому киселю хорошо подать протертую с сахаром клюкву.

Баклажаны. Рецепты блюд и изделий из баклажанов

Салат из баклажанов с зеленым луком и уксусом

250 г мелких баклажанов, зеленый лук, уксус винный, соль, молотый перец.

Подготовленные мелкие баклажаны нанизать на шпажки и жарить над раскаленными углями без пламени. Поворачивать шпажки для равномерного обжаривания баклажанов со всех сторон. Снятые

со шпажек баклажаны очистить от кожицы, нарезать ломтиками, положить в салатницу, посыпать солью, молотым перцем, мелко нарезанным зеленым луком и полить винным уксусом.

Баклажаны по-грузински

4 баклажана средней величины, 1 стакан очищенных грецких орехов, 1 средняя головка чеснока, соль, молотый перец, уксус.

Испечь баклажаны до мягкости, положить на 30—40 мин между двумя досками под гнет, чтобы вытек сок с горечью. Орехи и чеснок истолочь в ступке или пропустить через мясорубку и растереть с печеными баклажанами деревянной ложкой в миске до получения пастообразной массы. Посолить, поперчить и добавить уксус по вкусу. Подавать с белым хлебом или отварным картофелем.

Икра из баклажанов (быстрый способ)

5—6 небольших баклажанов, 1 луковица, столовый уксус или разведенная лимонная кислота, растительное масло, соль, молотый перец.

Вымытые баклажаны положить на сковороду или противень и испечь в духовке. Когда они станут мягкими, дать остыть, слегка отжать под гнетом, чтобы вытек сок с горечью, затем срезать с одного конца кусок кожицы и выскоблить ложкой всю мякоть.

Вынутую из баклажанов массу растолочь, смешать с измельченным луком, посолить, поперчить, заправить уксусом или разведенной лимонной кислотой и растительным маслом по вкусу. Все перемешать. Охладить.

Икра из баклажанов с помидорами и луком

4—5 небольших баклажанов, 3— 4 помидора, 1—2 луковицы, 2 чайные ложки уксуса или разведенной лимонной кислоты, растительное масло, соль, молотый перец.

Подготовленные баклажаны потушить в жаровне под крышкой в умеренно нагретой духовке до готовности или испечь на противне. Дать стечь образовавшемуся соку, чтобы икра не была жидкой, и пропустить баклажаны через мясорубку вместе с кожицей. Пропустить через мясорубку помидоры и лук. Все смешать, добавить уксус или лимонную кислоту, растительное масло по вкусу, посолить, поперчить, перемешать. Перед подачей охладить.

Икра из баклажанов с гранатом

6 баклажанов, 2 граната (для сока), 1/2 стакана зерен граната, 4 дольки чеснока, стручковый перец и соль по вкусу.

Выжать из гранатов сок и смешать с чесноком, растолченным с солью. Испечь баклажаны в духовке, снять кожицу, мякоть изрубить, добавить подготовленную приправу с гранатовым соком и очень мелко нарезанный стручковый перец. Все перемешать, переложить в салатницу и посыпать зернами граната.

Баклажаны с хлебом по-чешски

2 баклажана, 200 г белого хлеба, 2 небольших, помидора, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, 1 яйцо, 1 яблоко, 1 чайная ложка сахара, 2 чайные ложки уксуса, 2 ст. ложки растительного масла, соль, молотый перец, зелень.

Белый хлеб размочить в воде. Баклажаны испечь в духовке, очистить от кожицы и нарезать кусками. Яйцо сварить вкрутую. Яблоко очистить и удалить сердцевину. Лук и чеснок очистить. Помидоры промыть, разрезать пополам. Все пропустить через мясорубку, соединить с баклажанами, заправить сахаром, солью, уксусом, перцем, растительным маслом, тщательно перемешать. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

Суп-пюре из баклажанов и фасоли

4 баклажана, 1 л бульона, 2 ст. ложки мелко нарезанного лука-порея, 20 стручков фасоли, 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 3/4 стакана молока, 1 желток, соль.

Лук-порей слегка пассеровать, соединить с нарезанными кусочками баклажанами, залить бульоном (можно водой), добавить сливочное масло, немного соли и припустить. Готовые овощи протереть. Стручки фасоли нарезать брусочками и отварить. Из прогретой муки и бульона приготовить белый соус, положить в него протертые овощи и варить 15—20 мин, удаляя образующуюся пену. Процедить суп через сито, снова довести до кипения и снять с огня. В тарелки с супом положить кусочки вареных стручков фасоли. Отдельно подать гренки кубиками. Заправить суп смесью яичного желтка с молоком, добавить по вкусу соль, кусочки сливочного масла и размешать до получения однородной массы.

Суп-пюре из баклажанов на мясном бульоне

3 баклажана, 1 л мясного бульона, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 стакана молока, 1 желток, соль.

Обработанные и нарезанные баклажаны припустить до готовности в бульоне. Муку пассеровать на масле до светло-коричневого цвета и, помешивая, развести горячим бульоном. Морковь, петрушку и лук очистить и мелко нарезать, пассеровать на масле до готовности и протереть. Все продукты соединить, довести до кипения, посолить, снять с огня и ввести смесь желтка с молоком.

Похлебка из баклажанов

2 молодых баклажана, 2 луковицы, 1 картофелина, 1 ст. ложка мелко нарезанного укропа, 2 ст. ложки сметаны, 1 л воды, соль.

Вымытые, очищенные и нарезанные нержавеющим ножом баклажаны (лучше всего соломкой) положить в подсоленную кипящую воду с нарезанными тонкими кружочками картофелем и луком и варить 5—6 мин с момента закипания. Настаивать без нагревания 10—12 мин. При подаче заправить сметаной и укропом.

Баклажаны жареные пикантные

300 г баклажанов, грецкие орехи, растительное масло, мука, 1 яйцо, долька лимона, зелень.

Подготовленные баклажаны опустить в кипящую воду на 3 мин, после чего сразу снять с них кожуру. Нарезать очищенные баклажаны под углом овальными кольцами толщиной 1 см, панировать в муке, смочить во взбитом яйце, обвалять в мелкорубленых орехах. Пожарить с обеих сторон на растительном масле под крышкой. Подать с долькой лимона и зеленью.

Баклажаны с луком, тушенные в сметане

1 кг баклажанов, 3—4 луковицы, 2—3 зубчика чеснока, 2 ст. ложки муки, 1 стакан сметаны, растительное или топленое масло для обжаривания, соль, молотый перец, зелень.

Подобрать баклажаны одинаковой величины, нарезать кружочками толщиной 1,5 см, посолить, поперчить, подержать под грузом и дать стечь соку (можно обсушить на салфетке). Обвалять баклажаны в муке и обжарить в прокаленном масле с обеих сторон на умеренном огне. Нарезанный кольцами лук также обжарить на масле до золотистого цвета, добавить в него толченый чеснок. На дно толстостенной кастрюли положить слой обжаренных баклажанов, на них — слой обжаренного лука, продолжить чередование слоев баклажанов и лука, закончив слоем баклажанов. Затем 1 ст. ложку муки (без верха) размешать сначала в небольшом количестве сметаны так, чтобы не было комочков, потом соединить с остальной сметаной, посолить и этой смесью покрыть баклажаны с луком. Плотно закрыть кастрюлю крышкой, нагреть смесь до закипания и затем тушить на слабом огне 25—30 мин до готовности. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью.

Баклажаны, тушенные с луком по-китайски

1 кг баклажанов, 2 луковицы, 1 головка чеснока, 1 ст. ложка соевого соуса (можно заменить томатным), 1/2 чайной ложки молотого красного перца, 2/3 — 1 стакан растительного масла, 1 щепотка глютамата (вкусовая приправа), соль.

Баклажаны вымыть, обтереть полотенцем, разрезать вдоль на тонкие пластины (4 мм), нарезать их полосками не шире 2,5 см также вдоль. В глубокой сковороде перекалить масло, обжарить в нем баклажаны несколькими партиями (в зависимости от размера сковороды) и сложить в отдельную посуду. В оставшееся после жарения баклажанов масло влить примерно четверть стакана воды

или мясного бульона, заправить мелко нарезанным луком, чесноком (1/2 головки), соусом, перцем, солью, глютаматом натрия, довести до кипения и положить в этот соус обжаренные баклажаны. Тушить до полного выпаривания жидкости, посыпать тертым чесноком, перемешать и подавать либо как гарнир, либо с пшеничными лепешками (можно с гренками).

Меживо из баклажанов

800 г баклажанов, 300г репчатого лука, 300 г помидоров, 0, Зл бульона или воды, 50 г уксуса, 1 ст. ложка (с верхом) сахара, растительное масло, молотый перец, лавровый лист, соль, зелень или зеленый лук. Подготовленные баклажаны промыть, нарезать кружочками, посолить и выдержать 10—15 мин, после чего отжать и обжарить. Соединить баклажаны с пассерованным мелко нарезанным луком, измельченными помидорами, добавить бульон или воду, уксус, сахар, соль, молотый перец, лавровый лист и тушить 15 мин до готовности. Охладить, посыпать рубленой зеленью или зеленым луком.

Баклажаны в двойной панировке, жаренные во фритюре

600 г баклажанов, 3 яйца, соль, мука, молотые сухари, жир.

Вымытые баклажаны очистить от кожуры, нарезать кружочками, обвалять во взбитых яйцах, муке, еще раз в яйцах и, наконец, в сухарях. Жарить баклажаны во фритюре, вынуть шумовкой, посолить.

Плов с баклажанами

4 баклажана, 500 г риса, 2 луковицы, 2 сладких перца, 250 г свежих грибов, 3 помидора, 150 г сливочного масла или маргарина (50 гдляриса, 100 г для овощей и грибов), зелень петрушки, укроп, соль.

Нарезанный дольками репчатый лук пассеровать в посуде с разогретым маслом, добавить разрезанные на 8 частей стручки сладкого перца, очищенные от семян, подготовленные и нарезанные небольшими кусочками свежие белые грибы или шампиньоны, баклажаны, нарезанные

кубиками размером 20 мм, нарезанные дольками помидоры без семян, немного рубленой зелени петрушки. Все это перемешать, посолить, закрыть посуду крышкой и, периодически помешивая, тушить овощи до полной готовности. Можно приготовить для этого плова одни баклажаны с грибами, без добавления других овощей.

Рис для плова можно приготовить двумя способами.

Первый способ приготовления риса.Рис вымыть, засыпать в кипящую подсоленную воду (на 500 г риса — Зл воды, 3 чайные ложки соли), добавить масло (10% к массе риса) и варить при слабом кипении, изредка помешивая. Когда рис хорошо набухнет, посуду закрыть и доваривать рис на умеренном огне еще 30 мин, не перемешивая.

Второй способ приготовления риса. Рис положить в кипящую подсоленную воду (соотношение риса и воды то же) и варить при слабом кипении. Когда рис набухнет и станет мягким, откинуть его на дуршлаг, облить горячей водой, дать стечь, положить рис в посуду, добавить растопленное масло (5—10% к первоначальной массе риса), перемешать и прогреть в духовке или на слабом огне, помешивая.

При подаче положить в тарелку готовый рис, в центре сделать углубление и заполнить его тушеными овощами. Посыпать рубленым укропом.

Баклажаны с рубленым мясом по-турецки

*(Это блюдо носит название «Имам баялди», что в переводе означает: «Имам упал в обморок».)

3 крупных баклажана, 400 г свинины, 400 г говядины, 6 яиц, 180 г жира или растительного масла, 2 граненых стакана молока, 1 луковица, 3 помидора, мука, соль, перец, рубленая зелень петрушки.

Обсушенные баклажаны поместить в горячую духовку и держать в ней, пока кожица не сморщится, после чего удалить ее. Баклажаны ни в коем случае не должны подгореть. Очищенные баклажаны разрезать нержавеющим ножом на полоски, посолить и дать им постоять. Мелко нарубленный лук и нарезанные дольками помидоры потушить с 1 ст. ложкой жира. Затем снять с огня, добавить немного перца и мелко нарубленной зелени петрушки. Баклажаны слегка отжать и обсушить. Каждую полоску обвалять в муке и яйце и обжарить в горячем жире. В форму уложить слой баклажанов, на него — слой рубленого мяса, тушеных помидоров, снова слой баклажанов и мясо и т. д. Сверху должен быть слой баклажанов. Оставшиеся 5 яиц взбить, соединив их с молоком, и залить этой смесью подготовленное блюдо.

Поставить запекать в духовку примерно на 1,5 ч до образования золотистой корочки. Блюдо подать прямо в посуде, в которой его пекли, с зеленым салатом.

Баклажаны, запеченные с белым сыром

3—4 баклажана, 50 г растительного масла, 250 г ветчины, 500 г помидоров, 100 г белого сыра (сулугуни, брынзы), 100 г твердого сыра, соль, молотый перец, сливочное масло.

Очищенные баклажаны разрезать вдоль пополам и в течение 10 мин жарить на растительном масле. Переложить их в форму для запекания, посолить, поперчить, положить нарубленную ветчину, прикрыть очищенными от кожицы помидорами, нарезанными ломтиками, и посыпать белым сыром, перемешанным с тертым твердым сыром. Сверху положить несколько кусочков сливочного масла. Поставить форму в духовку приблизительно на 30 мин.

Баклажаны, запеченные с помидорами

5—6 средних баклажанов, 1 кг помидоров, 2 зубчика чеснока, 1 ст. ложка рубленой зелени петрушки, 300 г тертого сыра, соль, перец, растительное масло.

Очищенные баклажаны нарезать не слишком тонкими ломтиками, посолить и дать постоять около 30 мин, после чего обсушить салфеткой. Обжарить баклажаны в растительном масле и, когда они начнут подрумяниваться, снять с огня и дать стечь маслу. На том же растительном масле обжарить чеснок. Когда он подрумянится, снять со сковороды, а в это же масло положить помидоры, очищенные от кожицы, освобожденные от семян и нарезанные ломтиками, зелень петрушки, посолить, поперчить и все потушить. Переложить половину полученной томатной пасты в форму для запекания, разложить на ней обжаренные баклажаны, посыпать половиной тертого сыра, положить остатки томатной пасты и посыпать оставшимся сыром. Поставить форму в нагретую духовку и держать в ней до тех пор, пока сыр не приобретет золотистую окраску.

• Перед подачей на стол блюдо можно украсить яичницей-глазуньей. Для гарнира можно рекомендовать отварной рис.

Баклажаны, запеченные с чесноком под соусом винегрет

1 кг баклажанов, 1 головка чеснока, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ст. ложка уксуса, щепоть молотого черного перца, щепоть молотой корицы, щепоть тмина, соль.

Нашпиговать каждый баклажан 2—3 зубчиками чеснока, положить на противень и запечь в умеренно нагретой духовке.

Приготовить соус-винегрет, смешав растительное масло, уксус, молотый черный перец, корицу, тмин и соль. Полить печеные баклажаны соусом. Подать горячими или холодными.

Яхния из баклажанов по-болгарски

1,25 кг баклажанов, 100 г репчатого лука, 100 г сливочного масла, 200 г помидоров, 1 ст. ложка муки, 2 дольки чеснока, перец черный, лавровый лист, зелень петрушки, 200 г сыра или брынзы, соль, уксус.

Очищенные баклажаны нарезать крупными кубиками, поджарить и перемешать с жареным луком и помидорами, нарезанными дольками. Добавить густо разведенную мучную пассеровку, часть чеснока, соль, специи. Оставшийся чеснок растереть и развести уксусом. Заправить этой смесью овощи, выложить их в сковороду, посыпать зеленью петрушки, тертым сыром или брынзой и запечь в духовке.

Мусака из баклажанов по-болгарски

1 кг баклажанов, 75 г растительного масла, 1 небольшая луковица, 1 морковь, 1 корень сельдерея (примерно 75 г), 300 г помидоров, 4 средние головки чеснока, 250 г простокваши, 1 яйцо, зелень петрушки, соль.

Баклажаны очистить, нарезать ломтиками и оставить на полчаса. Затем промыть, обсушить и обжарить. Лук, морковь, сельдерей и помидоры нарезать ломтиками, обжарить, посыпать солью, толченым чесноком, зеленью и уложить между слоями баклажанов в сотейник. Мусаку запечь в духовке. Незадолго до готовности полить яйцом, взбитым с простоквашей.

Баклажаны фаршированные, жаренные в кляре (китайская кухня)

1 кг баклажанов, 250 г мясного фарша, 150 г муки, 1 яйцо, 0,25 л растительного масла, 1 луковица, 1 чайная ложка красного молотого перца, соль, вкусовая приправа.

Подготовить баклажаны: очистить от кожицы, разрезать пополам вдоль, нарезать поперек кусочками по 1,5—2 см, каждый из которых надрезать в середине так, чтобы он имел вид полураскрытой ракушки.

Подготовить фарш: провернутое в мясорубке мясо смешать в глубокой миске с мелко нарезанным луком, приправой, солью, перцем и добавить 1 чайную или десертную ложку ледяной воды (охлажденной в холодильнике). Тщательно перемешать.

Подготовить кляр: смешать муку, взбитое яйцо, немного воды до получения сметанообразного теста.

Подготовить фаршированные кнели. В разрез баклажанных долек вложить немного фарша, погрузить их ложкой в кляр и затем осторожно опускать в кипящий фритюр на сетке, держа ее в горизонтальном положении. По мере того как кнели будут приобретать золотистый оттенок, выкладывать их шумовкой на блюдо или в сотейник.

• Удобнее приготовлять это блюдо вдвоем: один опускает и поднимает сетку, другой выкладывает кнели шумовкой на блюдо.

Баклажаны, фаршированные сыром

800 г баклажанов, 2 яйца, 1 стакан тертого сыра, 3 ст. ложки топленого масла, чеснок, соль, кефир или простокваша.

Баклажаны промыть, срезать плодоножку. Надрезать баклажаны вдоль и чайной ложкой удалить из них семена. Опустить баклажаны на 5 мин в кипящую подсоленную воду и откинуть на сито.

Приготовить фарш: мелко нарезать сваренные вкрутую яйца, добавить тертый сыр, топленое масло и тщательно перемешать. Наполнить баклажаны фаршем, положить на протвень, смазанный маслом, и запечь в духовке. К баклажанам можно подать простоквашу или кефир с измельченным чесноком.

Соленые баклажаны

10 кг небольших баклажанов, 250 г чеснока, 20 лавровых листьев. Для приготовления рассола: 5 л воды, 200 г соли.

Перед засолкой баклажаны бланшировать в кипящем 5%-ном рассоле (500 г соли на ведро воды) в течение 3—5 мин. После охлаждения разрезать баклажаны пополам и положить внутрь мятый чеснок. Половинки плотно прижать друг к другу и вместе с лавровым листом плотно уложить в тару (эмалированную посуду или стеклянные банки) для засолки, залить 4%-ным рассолом (400 г соли на ведро воды) с избытком. Сверху положить деревянный кружок или фарфоровую тарелку и гнет. Накрыть чистой тканью и выдержать несколько дней при комнатной температуре до начала молочнокислого брожения, затем перенести на холод (0—1°С). Еще через несколько дней, когда ферментация закончится, долить баклажаны рассолом и закрыть крышкой.

Варенье из баклажанов

24—27 баклажанов, 2 кг сахара и 1/2 стакана воды, 50 г питьевой соды, 1/2 ст. ложки квасцов, ванилин.

Молодые баклажаны обмыть, снять с них кожицу, оставляя плодоножку. Каждый баклажан вместе с плодоножкой разрезать вдоль на 4 части. Разделывая баклажаны, погружать их в холодную воду и накрывать крышкой (иначе они потемнеют). Когда все баклажаны будут подготовлены, вынуть их из воды, посыпать питьевой содой, залить водой и оставить на 1,5 ч. Затем хорошо обмыть в проточной воде, опустить в кипящую воду и варить 3 мин, затем откинуть на дуршлаг. В кастрюлю влить чистую кипящую воду, добавить квасцы, опустить баклажаны, варить еще 3 мин, а затем откинуть на дуршлаг и каждый баклажан хорошо отжать рукой.

Приготовить сладкий сироп, опустить в него отжатые баклажаны и варить до готовности. В конце варки добавить ванилин (или ванильный сахар).

Баклажаны, замороженные в морозильнике, жареные

3 баклажана, 1 ст. ложка муки, 2 луковицы, 4 моркови, 3 зубчика чеснока, 2 ст. ложки укропа, 3 ст. ложки майонеза, соль, молотый перец.

Баклажаны промыть, нарезать ломтиками. Плотно упаковать в полиэтиленовые пакеты. Пакеты запаять и заморозить в морозильнике. Хранить не более 8—10 месяцев. Перед использованием отогреть в теплой воде. Посыпать солью, перцем, обвалять в муке и обжарить с двух сторон. Репчатый лук и морковь нарезать и использовать как гарнир, посыпать мелко нарезанными чесноком и укропом, полить майонезом.

Перец. Рецепты блюд и изделий из перца

Салат из печеного стручкового перца с орехами

500 г сладкого перца, 1/2 стакана ядер грецких орехов, 3—4 зубчика чеснока, 1/2 стакана кислого молока, 2 ст. ложки растительного масла, соль.

Испечь сладкий перец, очистить от кожицы и семян и нарезать. Растолочь в ступке ядра грецких орехов с чесноком, прибавить кислое молоко и растительное масло, посолить и хорошо взбить смесь. Залить этой смесью перец.

Икра из печеного сладкого перца и зеленых помидоров

500 г сладкого перца, 500 г зеленых помидоров, 1 луковица, 5—6 зубчиков чеснока, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 4 ст. ложки растительного масла, уксус, соль.

Испечь сладкий перец в духовке, очистить от кожицы и семян и мелко нарезать. Испечь зеленые помидоры и нарезать. Растолочь в деревянной ступке перец и помидоры, прибавить толченые лук и чеснок, зелень петрушки, растительное масло, уксус и соль по вкусу. Все размешать.

Сладкий перец, фаршированный яблоками

4 сладких перца, 2—3 яблока, 1 ст. ложка изюма, 1 чайная ложка меда, 1 ломтик лимона.

Перец промыть, вырезать плодоножку с семенами. Стержень очистить от семян, вымыть и порубить, смешать с натертыми на крупной терке яблоками, промытым и ошпаренным изюмом, медом, измельченным ломтиком лимона. Приготовленной массой начинить перец.

Паста из сладкого перца

4 сладких перца, 1 чайная ложка мелко нарезанного укропа, 50 г сливочного маела, 100 г плавленого сыра, соль.

У стручков сладкого перца вырезать плодоножку, срезать острый конец. Промытый перец бланшировать 5—7 мин в подсоленной воде, затем вынуть и охладить. Перец мелко нарезать, перемешать со сливочным маслом, измельченным плавленым сыром, укропом. Взбить смесь. Использовать как массу для бутербродов (желательно на ржаном хлебе).

Жгучее масло с перцем

Неочищенные зрелые стручки жгучего перца залить растительным маслом и оставить на 3—4 месяца. Использовать для приготовления соусов, гуляша, блюд из дичи.

Печеный сладкий перец маринованный

1 кг сладкого перца, соль, 2 ст. ложки натертого на крупной терке хрена, несколько лавровых листиков, уксус, репчатый лук, растительное масло.

Запечь в духовке крупные мясистые стручки сладкого перца, следя за тем, чтобы они не пригорели, затем посолить и выложить в миску, плотно закрыть крышкой. В таком виде оставить перец на ночь, чтобы он «упрел» и дал сок. В огнеупорную стеклянную кастрюлю положить рядами, чередуя, перец и натертый на крупной терке хрен. Между рядами положить лавровый лист. Полить сверху образовавшимся за ночь соком, добавить уксус, сверху накрыть тарелкой и оставить на 7—10 дней. По истечении этого срока перец должен быть готов. При желании можно добавить немного соли и уксуса, а также рубленый репчатый лук. Можно также полить растительным маслом по вкусу. Маринованный перец готов. Перед употреблением удалить с перца кожу, промыть и приправить его растительным маслом. В прохладном месте маринованный перец можно сохранить в течение недели.

Печеный сладкий перец, жаренный в панировке

400 г сладкого болгарского перца, 2 ст. ложки муки, 2 яйца, 100 г хлеба, 2 ст. ложки сливочного масла, соль, пряности, зелень.

Сладкий перец испечь в духовке до готовности, очистить от кожицы и семян, посолить, панировать в муке, смочить во взбитых яйцах, панировать в крошках белого хлеба и обжарить в сковороде с разогретым маслом. Подать горячим или теплым, посыпав зеленью.

• Можно панировать перец по-разному: 1) сначала в муке, потом в яйце, опять в муке и снова в яйце: 2) сначала в яйце, потом в муке, снова в яйце, затем в молотых сухарях или крошках белого хлеба и еще раз в яйце.

Крокеты из печеного сладкого перца

1 кг сладкого перца (зеленого или красного), 1 стакан тертой брынзы, 2 яйца, 2 желтка, мелко нарезанная зелень петрушки, соль, черный перец, мука или молотые сухари, растительное масло.

Перец испечь, очистить от кожицы и семян и мелко нарезать. Добавить тертую брынзу, 1 яйцо и 2 желтка, зелень, соль и перец. Всыпать в смесь такое количество муки или молотых сухарей, чтобы можно было сформовать крокеты круглой или цилиндрической формы. Крокеты обвалять в муке, смочить в яйце и обжарить в сильно разогретом растительном масле. Подавать горячими с салатом или кислым молоком.

Омлет со сладким жареным перцем

2 крупных сладких перца, 1 большая луковица, 1 ст. ложка смальца, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, соль, молотый перец, зелень, 4 яйца, 2 ст. ложки молока.

Сладкий перец и лук мелко нарезать, положить в разогретый жир, пожарить несколько минут, посолить, поперчить, посыпать большим количеством мелко нарезанной зелени и больше не перемешивать. Выпустить в миску яйца, влить молоко, посолить по вкусу, можно добавить немного молотого сладкого перца, тщательно перемешать. К овощам добавить сливочное масло или маргарин и, когда они растопятся, влить яичную массу, наклоняя при этом сковороду так, чтобы масса направлялась к центру. Когда вся яичная масса загустеет, свернуть омлет пополам, выложить на разогретое блюдо, посыпать мелко нарезанной зеленью.

Паприкаш

6—8 сладких перцев, 50 г растительного масла, 3 луковицы, 6—8 яиц, 1/4 стакана кефира или йогурта, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени.

Тонко нарезанные перец и лук обжарить в растительном масле, а затем потушить с небольшим количеством воды, добавить нарезанные сваренные вкрутую яйца, кефир или йогурт и посыпать мелко нарезанной зеленью.

Сладкий перец, фаршированный сардинами

8 сладких перцев, 1 банка сардин в масле, 2 стакана вареного риса, 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 ст. ложкамелко нарезанной зелени петрушки, соль, перец, растительное масло.

Стручки перца промыть и очистить от семян. Сардины, каждую рыбку в отдельности, разделить пополам с помощью двух вилок, смешать с отварным рассыпчатым рисом, маслом из банки и рубленым яйцом. Приправить солью и перцем, добавить петрушку и полученной массой наполнить стручки перца. В разогретом растительном масле потушить фаршированные стручки перца на небольшом огне в течение 15 мин. Можно добавить немного воды (несколько столовых ложек). Подавать в горячем виде с белым хлебом.

Сладкий перец стерилизованный по-украински

1 кг сладкого перца, 1/2 — 2 ст. ложки уксуса, растительное масло, соль.

Зрелый мясистый перец натереть растительным маслом и испечь в духовке до мягкости. Горячий перец очистить от кожицы, вырезать семена, вставить один в другой и плотно уложить в банки, пересыпая солью. Залить уксусом и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 30 мин, литровые — 35 мин.

Лютеница стерилизованная

10 кг сладкого перца, 3 кг помидоров, 15 г молотого красного острого перца, 20—30 г чеснока, 3 5 г зелени сельдерея, 270 г растительного масла, 15—20 г сахара, 20 г соли.

Зрелый мясистый сладкий перец вымыть, вырезать семена и затем мелко нарезать. Опустить в кипящую воду и варить до готовности, после чего протереть через сито. Помидоры вымыть, нарезать дольками, подогреть до полного размягчения и тоже протереть через сито. Пюре из помидоров и сладкого перца смешать и уварить до загустения, после чего растворить в нем соль, сахар, прибавить

острый перец, мелко нарезанные чеснок и зелень, растительное масло. Разлить горячую лютеницу в банки и стерилизовать (литровые банки — 45—50 мин).

Лечо стерилизованное

1,3 кг сладкого перца, 1 кг помидоров, 250 г репчатого лука, 15—20г соли, щепотка молотого черного перца, 2—3 ст. ложки воды.

Зрелый мясистый перец вымыть, обрезать с концов, удалить семена и нарезать полосками шириной 5—8 мм. Помидоры нарезать ломтиками толщиной 3—4 мм. Лук очистить и измельчить. Подготовленные овощи смешать, добавить соль, черный перец и переложить в эмалированную кастрюлю. Добавить 2—3 ст. ложки воды и тушить под крышкой 10 мин. Плотно, без воздушных пустот, заполнить банки овощной массой (сверху овощи должны быть покрыты соком). Стерилизовать в кипящей воде: литровые банки — 45 мин, трехлитровые — 60 мин.

Лук. Рецепты блюд и изделий из лука

Салат из репчатого лука с лимоном

3—4 большие головки репчатого лука, 1/2 лимона, 3 ст. ложки сметаны, 1 ст. ложка майонеза, зелень петрушки и укроп, сахар, соль.

Репчатый лук очистить, промыть и нарезать тонкими кольцами или полукольцами. Если лук горький, промыть его холодной водой, поместить в кастрюльку, обдать кипятком, дать немного постоять, не закрывая крышкой, затем откинуть на дуршлаг. В охлажденный лук положить соль и сахар, добавить сок лимона, заправить сметаной и майонезом. Положить в салатницу, посыпать нарезанной зеленью, охладить.

Многослойный луковый салат «Помпадур»

2 средние луковицы, 2—3 яблока (лучше антоновка), 4 яйца, 100—150 г твердого сыра, майонез (можно пополам со сметаной), лимонный сок.

Лук нарезать кольцами, обдать кипятком, остудить. Сваренные вкрутую яйца нарезать тонкими кружочками. Яблоки очистить от кожицы, натереть на крупной терке и сбрызнуть лимонным соком или разведенной лимонной кислотой, чтобы не потемнели. Подготовленные продукты послойно положить в плоскую салатницу. Сначала положить весь лук и полить его майонезом, затем яблоки и также полить майонезом, на яблоки — кружочки яиц и майонез, сверху — сыр, натертый на крупной терке, и снова майонез.

• Салат можно украсить измельченным яичным желтком или стружкой сыра, в центре — веточкой зелени.

Салат из репчатого лука по-польски

1 средняя луковица, 1 большое яблоко, 1 соленый огурец, лимонный сок, сахар, соль, 3 ст. ложки растительного масла или 5 ст. ложек сметаны, 1/2 чайной ложки готовой горницы.

Очищенную луковицу разрезать на 4 части, затем поперек тонкими ломтиками. Так же нарезать огурец. Яблоко натереть на крупной терке. Лук с яблоком и огурцом сбрызнуть лимонным соком, добавить соль, сахар, размешать. Растительное масло или сметану смешать с горчицей и этим соусом заправить салат.

Салат из репчатого лука с зеленым чесноком

2—3 луковицы, 3 яйца, 2 головки зеленого лука с пером, 2 зеленых чеснока (перо), 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки майонеза, 2 ст. ложки сметаны, зелень петрушки и укроп, соль, молотый перец, лимонный сок или уксус.

Репчатый лук, нарезанный кубиками, посолить, соединить со сваренными вкрутую мелко нарубленными яйцами, мелко нарезанными укропом, петрушкой, зеленым луком, зеленью чеснока, молотым черным перцем, растительным маслом, лимонным соком или уксусом, сметаной, майонезом. Готовый салат посыпать зеленью, яйцом.

Салат из репчатого лука и кислых яблок

2—3 луковицы, 1 крупное кислое яблоко, 2 ст. ложки растительного масла, сок одного лимона, соль, сахар.

Очищенный и вымытый лук нарезать очень тонкими полукольцами. Вымытое кислое яблоко натереть на крупной терке, смешать с луком, полить растительным маслом и лимонным соком и заправить солью и сахаром.

Салат из репчатого лука с брюквой

3 крупные луковицы, 1 ломтик (примерно 75 г) брюквы, 1 небольшой корень сельдерея, майонез, укроп, зелень петрушки.

Лук и сельдерей натереть на мелкой терке, брюкву нарезать соломкой или натереть на крупной терке, все смешать с майонезом и уложить в салатницу. Посыпать рубленой зеленью.

Салат из репчатого лука со сливами

300 г репчатого лука сладких сортов, 10 слив (свежих, из компота или маринада), 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени петрушки, соль, молотый перец.

Очищенный лук вымыть и нарезать очень мелкими кубиками. Сливы освободить от косточек, нарезать полосками. Перемешать все с маслом, заправить солью и перцем. Готовый салат выложить на блюдо и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

Салат из репчатого лука с маринадом

750 г репчатого лука, 250 г маринада. Для маринада: 2 части растительного масла, 1 часть кефира, лимонный сок.

Лук крупно нарезать, бланшировать и откинуть на сито. Когда вода стечет, переложить в посуду. Растительное масло и кефир хорошо перемешать и добавить немного лимонного сока. Заправить лук приготовленным маринадом, добавить соль и молотый перец.

Салат из репчатого лука с хлебом

2—4 луковицы, 200 г пшеничного или ржаного хлеба, 2—4 ст. ложки растительного масла, сок 1/2 лимона или уксус. По желанию: 1/2 банки майонеза (вместо уксуса и масла), горчица, перец.

Пшеничный или ржаной хлеб натереть на крупной терке, добавить нарезанный тонкими кольцами и ошпаренный кипятком в течение 1—2 мин репчатый лук, заправить растительным маслом и уксусом

или соком лимона. В качестве заправки можно также использовать майонез. По желанию в салат можно добавить горчицу и перец.

• Подавать салат к холодным и горячим мясным блюдам.

Лук-сиг (кухня коми)

Лук очистить, надрезать сверху донизу вдоль, затем поперек на квадратики, не разрушая саму головку. В щели между квадратами насыпать соль и оставить на 5 мин. Просоленный таким образом лук подать с черным хлебом и квасом.

Репчатый лук с творогом

2—3 головки сладкого репчатого лука, 1/2 стакана пастеризованного творога, 1/2 стакана простокваши, соль, зелень.

Репчатый лук мелко нарубить, смешать с творогом, простоквашей, солью. Все выложить в салатницу и посыпать зеленью.

Репчатый лук с горчичным соусом

3—4 луковицы, соль, сахар, 2—3 ст. ложки растительного масла, 1 чайная ложка горчицы, лимонный сок, укроп или зелень петрушки.

Очищенные луковицы нарезать на дольки, как апельсин, и опустить в кипящую воду, подсоленную и слегка подсахаренную. Варить несколько минут, потом воду слить. Готовый охлажденный лук полить соусом, приготовленным из горчицы, растительного масла и лимонного сока. Сверху салат посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа.

• Можно добавить к соусу ложку томата-пасты. Тогда салат будет выглядеть более эффектно.

Вареный репчатый лук со сметаной

500 г репчатого лука, 2 ст. ложки нарезанного зеленого лука, 100 г яблок, 1 стакан густой сметаны, соль, сахар.

Маленькие луковицы очистить, сполоснуть и отварить в подсоленной кипящей воде. Откинуть на дуршлаг и охладить. Добавить к луку мелко нарезанные яблоки, выложить в салатницу, залить соусом, приготовленным из сметаны, перемешанной с зеленым луком, заправленной солью и сахаром.

Вареный репчатый лук с сыром по-польски

1 луковица, 1 чайная ложка растопленного масла или маргарина, 1 ст. ложка молотых сухарей, 1 ст. ложка тертого сыра, соль, 1 чайнаяложка сахара.

Очищенную луковицу разрезать на 4 или 8 долек, не отрезая твердой «пятки». Вскипятить воду, посолить, всыпать сахар. Лук положить в кипящую воду и отварить в течение 1—2 мин. Откинуть на дуршлаг, выложить на тарелку, полить растопленным маслом, посыпать молотыми сухарями и тертым с:>:ром.

Печеный репчатый лук с брынзой

10 небольших луковиц, салатная заправка или лимонный сок, соль, молотый перец, зелень петрушки и укропа, немного брынзы.

Небольшие, одинаковой величины луковицы неочищенными испечь на противне или сковороде в духовке. Испеченные луковицы очистить, разрезать каждую на четыре части, положить в салатницу, полить салатной заправкой или лимонным соком, добавить соль и перец, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа. Добавить мелко нарезанную брынзу.

Соус луковый острый

2 луковицы, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 2 стакана бульона, 2 ст. ложки томата-пюре, соль, молотый перец, 2—3 ст. ложки уксуса.

Муку поджарить с маслом и развести бульоном. Лук очистить, мелко нарезать и поджарить на масле. Все смешать, добавить томат-пюре, соль, перец и еще раз прожарить. Затем влить уксус и уварить смесь до густоты сметаны.

• Подавать к жареному и тушеному мясу, котлетам.

Маринад луковый

6—7 луковиц, 1/3 стакана растительного масла, 2 ст. ложки томата -пасты, 1 /2 стакана рыбного бульона, соль, перец горошком, лавровый лист.

Нашинкованный лук пассеровать на растительном масле, добавить томат-пасту и жарить еще 3—5 мин. Добавить рыбный бульон, специи и прокипятить, затем посолить.

• Под луковым маринадом подавать рыбу отварную и жареную, в холодном и горячем виде.

«Соус бедняка» (французская кухня)

3 шт. лука-шалота (* Лук-шалот — излюбленная пряность французской кухни, используемая для ароматизации соусов, супов, мяса.), 0,5 бульона, 1 ст. ложка уксуса или разведенной лимонной кислоты, набор овощей, соль, молотый перец, петрушка.

В кастрюлю с бульоном и уксусом положить нарезанные лук и петрушку, измельченные овощи, по вкусу посолить, поперчить и кипятить 5 мин.

• Подается к жирному мясу.

Эссенция беарнез (французская кухня)

500 г репчатого лука, 1 л уксуса, 375 г лука-шалота, большая горсть эстрагона, черный перец, 300 г белого сухого вина.

Лук нарезать, вместе с остальными продуктами положить в кастрюлю и тушить на слабом огне 2 ч. Протереть массу через сито, разлить в маленькие бутылки или баночки, хорошо закрыть, чтобы эссенция не испарялась, и убрать в холодильник.

• Использовать для приготовления соусов, ароматизации блюд.

Глазированный лук

500 г репчатого лука, 100 г сливочного масла, мясной бульон, соль, перец горошком.

Положить маленькие очищенные луковицы на дно сотейника, покрыть мясным бульоном или водой, посолить, поперчить, добавить масло и, закрыв крышкой, варить при слабом нагреве. Когда вся жидкость выварится, луковицы готовы. Покатать их по дну сотейника, чтобы они покрылись остатками жидкости, как глазурью.

Луковый суп простой (рецепт Дюма-отца)

3 луковицы, 200 г ржаного хлеба, 1 л воды, 2 ст. ложки сливочного масла.

Мелко нарезанный репчатый лук и хлебные кубики обжарить на сливочном масле до золотистой окраски, переложить в кастрюлю, залить кипящей водой и варить 10—15 мин.

Луковый суп с пряностями по-армянски

3 луковицы, 200 г пшеничного хлеба, 1 л воды, 1 головка чеснока, 3 ст. ложки сала, маргарина или сливочного масла, 2 яйца, соль, перец, лавровый лист, гвоидика и зелень.

Лук и чеснок крупно нарезать, поджарить на сале, маргарине или сливочном масле, переложить в кастрюлю, залить горячей водой, посолить, прибавить немного перца, лаврового листа, гвоздики и дать вскипеть 2—3 раза. Смешать сырые яйца с холодной водой (1:3) и влить в бульон с пряностями, остывший до температуры парного молока, хорошо размешать, добавить пшеничный хлеб, нарезанный ровными небольшими кубиками. Кастрюлю закрыть крышкой и слегка подогреть суп. Когда хлеб хорошо разбухнет, всыпать мелко нарезанную зелень и подать суп к столу.

Луковый суп с сыром (французская кухня)

4 луковицы, 200 г пшеничного хлеба, 1,5 л воды или мясного бульона, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 3—5 ст. ложек тертого сыра, соль, молотый перец.

Нарезать лук кольцами, обжарить на сливочном масле или маргарине, посыпать перцем, переложить в кастрюлю, добавить воду или мясной бульон, прокипятить, посолить. Ломтики пшеничного хлеба обжарить с обеих сторон на сливочном масле или маргарине, посыпать тертым сыром, сложить в кастрюлю, залить приготовленным супом и прогреть на небольшом огне 8—10 мин.

Тюря луковая

3 средние луковицы, 3 стакана кипяченой воды, 2 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки пшена.

Промытое пшено, залитое горячей водой, довести до кипения и варить 5—6 мин, затем настаивать без нагревания, пока отвар не станет теплым. В тюрю добавить мелко нарезанный сырой лук, растительное масло. Охладить. Подавать с ржаным хлебом.

Луковый суп без запаха (из скороварки)

4 луковицы, 1 ст. ложка сливочного масла, 2—3 чайные ложки белого соуса, соль, молотый перец.

В кастрюле нагреть масло, добавить нарезанный кольцами лук, закрыть кастрюлю крышкой и варить лук на слабом огне до образования светлой пленки. Затем влить 0,75 л воды и продолжать варить в скороварке. Кипятить суп еще 5 мин. Ввести в суп белый соус, соль и перец. Подавать горячим.

Суп из жареного репчатого лука с рисом

200 г репчатого лука, 100 г риса, 2 яйца, масло, молоко, зелень, соль.

В бульон или подсоленный кипяток 1,5 л положить промытый рис и мелко нарезанный жареный лук. Суп варить до готовности. При подаче заправить яично-молочной смесью, посыпать зеленью.

Парижский суп

250 г репчатого лука, 1,5 л бульона, 60 г сливочного масла, 80 г муки, соль, перец.

Лук очистить, мелко нарезать, обжарить в сотейнике на сливочном масле до золотистого цвета, посыпать мукой, обжарить до коричневого цвета, развести горячим бульоном и проварить в течение 10 мин. Посолить, поперчить. Можно протереть через сито, чтобы не было кусочков лука, и перелить в суповую миску с ломтиками хлеба.

• При желании положить в суп, протертый через сито, отварную вермишель (50 г).

Суп гратинированный

Приготовить луковый суп по предыдущему рецепту. Перелить в суповую огнеупорную кастрюлю, посыпать тертым сыром и подержать в сильно нагретой духовке 10 мин.

Суп субиз (французская кухня)

600 г репчатого лука, 2 л бульона, 150 г масла, 150 г белого хлеба, соль, молотый перец, сахар.

Лук нарезать тонкими кольцами, бланшировать, обсушить и тушить до размягчения. Лук развести бульоном и дать вскипеть. Добавить по вкусу соль, молотый перец и сахар. При подаче положить в суп обжаренные кубики пшеничного хлеба.

Репчатый лук, тушенный с сельдереем

260 г репчатого лука, 150 г корпя сельдерея, 50 г растительного масла, сок одного лимона, соль, перец.

Луковицы нарезать полукольцами, корень сельдерея натереть на крупной терке, добавить растительное масло, сок лимона и специи, залить небольшим количеством кипятка и тушить до готовности.

Репчатый лук, тушенный с помидорами и брынзой

400 г репчатого лука, 400 г брынзы, 200 г помидоров, 130 г растительного масла, зелень петрушки.

В глубокой сковороде или кастрюле с толстым дном обжарить на растительном масле мелко нарезанный репчатый лук. Туда же положить мелко нарезанные помидоры и тушить 5 мин. Затем положить на лук с помидорами измельченную брынзу и сверху покрыть ее тоже луком с помидорами. Закрыть крышкой и тушить на слабом огне 15 мин. Подавать в горячем виде, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки.

Репчатый лук, тушенный с сыром

500 г репчатого лука, 50 г сливочного масла, 1/2 стакана сметаны. 3 яйца, 1 ст. ложка молотых сухарей, 50 г тертого сыра, соль.

Нарезать лук кольцами, посолить и тушить в масле, изредка помешивая, до готовности. Затем выложить его ровным слоем на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями, полить смесью яиц со сметаной, посыпать тертым сыром и дать подрумяниться в нагретой духовке.

Репчатый лук, запеченный в сметане

400 г репчатого лука, 2ст.ложки масла, 1 стакан сметаны, 1 яйцо, 1 ст. ложка тертого сыра, молотые сухари, соль.

Лук нарезать, положить в горшок, посолить, добавить масло, закрыть крышкой и поставить тушить в духовку (изредка перемешивать). Готовый лук положить в глубокое огнеупорное блюдо, смазанное маслом и посыпанное сухарями. Облить сметаной, размешанной с яйцом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом. Подрумянить в духовке.

Омлет паровой с репчатым луком

2 луковицы, 6 яиц, 1/2 чайнойложки молотого красного перца, 1 ст. ложка соевого соуса (можно заменить томатом-пастой), 2—3 чайные ложки растительного масла.

Яйца взбить. Добавить воды по объему вдвое больше, чем взбитых яиц. Смешать эту массу с мелко нарезанным луком и со всеми остальными компонентами и еще раз взбить. В глубокой фарфоровой миске (пиале) поставить яичную смесь в широкую кастрюлю с кипятком (на салфетку) и варить 25 мин. Омлетную массу помешивать во время приготовления.

Яичница-глазунья с репчатым луком

2 луковицы, 4 яйца, 2 ст. ложки растительного масла, 1 корень петрушки, соль.

Репчатый лук и корень петрушки мелко порубить, смешать с растительным маслом, положить на разогретую, смазанную маслом сковороду, разбить на них яйца так, чтобы желтки остались целыми, посолить. Жарить на сильном огне до готовности белка.

Икра из репчатого лука

600 г репчатого лука, 60 г томата, 50 г зелени петрушки, лимонная кислота, соль, сахар, растительное масло.

Репчатый лук нарезать, обжарить на растительном масле до золотистого цвета, добавить томат и еще раз обжарить до соединения лука с томатом. Массу порубить ножом, добавить соль,лимонную кислоту и сахар. При подаче посыпать рубленой зеленью петрушки.

Гренки с луком

1 средняя луковица, 250 г ржаного хлеба, 2 ст. ложки сливочного масла, соль, зелень петрушки.

Ржаной хлеб нарезать ромбиками, поджарить с обеих сторон на масле или маргарине, положить на хлеб нарезанный кольцами поджаренный лук и посыпать солью. При подаче посыпать зеленью петрушки.

Запеканка с красным вином

(Запеканка с красным вином представляет собой разновидность лукового супа, родина которого южные провинции Франции.) (французская кухня)

1 кг репчатого лука, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 ст. ложки муки, 2 л воды, 250 г тертого сыра, 1 булка, соль, перец, мускатный орех, 6 желтков, 0,6 л красного сухого вина.

Мелко нарезанный лук обжарить на сливочном масле до золотистой окраски, добавить муку и, помешивая, еще подержать на огне. Влить 4 стакана воды и, постоянно помешивая, дать закипеть. Спустя несколько минут влить остальную воду, перемешать, немного посолить, поперчить и заправить мускатным орехом. Кипятить еще 10 мин. Тем временем приготовить гренки из булки. Суп разлить в 6 огнеупорных формочек, прикрыть гренками и обильно посыпать тертым сыром. Запекать медленно в духовке, нагретой до 180° С, до тех пор, пока верх не подрумянится. Взбитые желтки смешать с красным сухим вином и в каждую формочку, поднимая вилкой образовавшуюся сверху корочку, влить эту смесь и тщательно перемешать.

Запеченные фаршированные луковицы

6 крупных луковиц, 200 г рубленого мяса, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 булка, 1 яйцо, 2 00 г мясного бульона, соль, молотый перец.

Очищенные луковицы отварить в воде в течение 10 мин. Вынув из воды, обсушить и вырезать середину, которую мелко нарезать и обжарить на сливочном масле. Затем добавить мясо и еще немного поджарить, помешивая, все вместе. Намочить хлебный мякиш в мясном бульоне. Обжаренное мясо выложить в миску, добавить к нему размоченную булку, половину бульона, яйцо, посолить, поперчить и тщательно перемешать. Получившимся фаршем заполнить луковицы, уложить их в форму для запекания, сбрызнуть остатками бульона и на каждую луковицу положить кусочек сливочного масла. Закрыть форму крышкой и поставить в нагретую духовку на 25 мин.

Лук, фаршированный рисом и грибами

8—10 луковиц, 2 ст. ложки отварного рассыпчатого риса, горсть сушеных грибов, соль, молотый перец, 2 ст. ложки растительного масла, 1 яйцо, 2 ст. ложки, муки, 1/2 ст. ложки сметаны, зелень, 1 ст. ложка тертого сыра..

Сушеные грибы вымыть, замочить в небольшом количестве воды и сварить в этой воде до готовности. Воду слить, грибы мелко нашинковать или пропустить через мясорубку. К рису сварить яйцо и приправы по вкусу. Очистить лук, срезать верхушки на 1/3 высоты, вырезать сердцевину, посолить отверстие наполнить его с верхом готовой начинкой. Подготовленный таким образом лук выложить в огнеупорную посуду или в печку-чудо, смазанную жиром, полить жиром и запекать в духовке 20 мин. Навар от грибов процедить, смешать со сметаной и мукой, прокипятить. Испеченный лук полить приготовленным довольно соусом, посыпать тертым сыром и запекать еще несколько минуут. Украсить зеленью.

• Блюдо подается как самостоятельное или как закуска, нарезанные из луковицы сердцевины использовать для приготовления других блюд.

Лук, фаршированный по-итальянски

6 средних луковиц, 1 булочка (100 г), 50 г ветчины или вареной колбасы, 1 яйцо, 1 ст. ложка тертого сыра, 1 ст. ложка мелко нарезанной петрушки, 2 ст. ложки маргарина, 1 ст. ложка сахара, 1/2 стакана мясного бульона, соль, молотый перец.

Ветчину или колбасу мелко порубить, смешать с размоченной булочкой. Вынуть из луковиц сердцевину, мелко нарезать, смешать с яйцом, петрушкой и сыром, добавить фарш из ветчины и булки, солить, поперчить. Наполнить полученным фаршем луковицы, положить их в смазанную маслом кастрюлю. Отдельно подрумянигь масло с сахарным песком, соединить их с мясным бульоном вылить эту смесь на фаршированный лук, затем поставить кастрюлю на огонь и тушить лук при слабом нагреве 40 мин.

Луковое пюре

500 г репчатого лука, 1л бульона, 30 г муки, 0,5 л молока, 50 г сливочного масла, 1 желток, соль, перец.

Нарезанный лук проварить в кипящей воде в течение 5 мин. Растопить в кастрюле сливочное масло (30 г), поджарить в нем лук, посыпать мукой, развести горячим молоком, посолить, поперчить и варить при слабом нагреве 20 мин. Протереть через сито, добавить бульон и варить еще 20 мин. В момент подачи заправить льезоном из желтка и 20 г сливочного масла.

Пельмени с луком и яйцами

Приготовить тесто для пельменей.

Фарш приготовить из мелкорубленых вареных яиц и мелкорубленого пассерованного репчатого лука. Лука надо взять в 2 раза больше, чем яиц. Подавать пельмени со сметаной.

Пирожки из пресного теста с репчатым луком

Для теста: 500 г пиленичноймуки, 1 стакан сметаны, 2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1/2 чайнсйложки соли. 2 ст. ложки сливочного масла. Для начинки: 4 луковицы, 2 картофелины,1/2 стакана брынзы, 4 ст. ложки сливочного масла, соль, молотый перец.

На доску просеять муку горкой, сделать в ней углубление, в которое положить сметану, масло, сахар, соль, отбить яйца и быстро замесить тесто. Скатав тесто в шар, положить его на тарелку, покрыть полотенцем и поместить в холодное место на 30—40 мин. Затем раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см, вырезать кружки стаканом или специальной выемкой, смазать их взбитым яйцом, положить на середину каждого начинку и сформовать пирожки разной формы. Пирожки уложить на противень с промежутками в 2 см, смазать взбитым яйцом и поставить в жаркую духовку на 10—15 мин.

Для приготовления начинки сварить очищенный картофель, обсушить его и провернуть через мясорубку вместе с брынзой, добавить пассерованный репчатый лук, соль, перец.

Пирог с репчатым луком

Для теста: 500 г муки, 30 г дрожжей, 250 г молока, 2 чайные ложки маргарина, соль, ванильный сахар. Для начинки: 750 г репчатого лука, 180 г шпика, 250 г сметаны, 3—4 яйца, 40 г крахмала, 60 г маргарина, соль, 2—3 ст. ложки тмина.

Дрожжи развести в теплом молоке. Просеянную муку перемешать с остальными компонентами, тесто вымесить до гладкости, поставить в теплое место на 1,5 ч. Поднявшееся тесто обмять и еще раз вымесить, затем раскатать на посыпанной мукой доске и выложить на смазанный маргарином противень. Выложить приготовленную начинку на тесто, сформовать пирог. Выпекать в духовке при среднем нагреве 40 мин.

Приготовление начинки. Мелко нарезанный шпик обжарить в маргарине, добавить репчатый лук, нарезанный кружочками, тмин, соль. Прогреть все, снять с огня, добавить сметану, перемешанную с яйцами и крахмалом.

Калачики печеные с репчатым луком

Для теста: 250 г пшеничной муки, 20 г дрожжей, 1 чайная ложка (без верха) сахара, 1 стакан молока, 2 желтка, 2,5 ст. ложки маргарина, 10 г жира для смазывания. Для начинки: 250 г репчатого лука, 2 ст. ложки маргарина, 50 г твердого сыра, соль, сахар, перец.

Приготовить опару. Для этого дрожжи растереть с мукой, сахаром и молоком. Опара по густоте должна напоминать сметану. Поставить опару в теплое место и, когда подойдет, добавить остальную муку, молоко и желтки. Тщательно вымесить деревянной ложкой. Тесто должно быть гладким, с пузырьками. Влить растопленный жир и продолжать вымешивать. Попробовать на вкус, если надо — посолить. Когда тесто оставит чистыми стенки миски, посыпать его мукой, накрыть и поставить в теплое место.

Приготовить начинку: лук очистить, нарезать кружочками, потушить с жиром, порубить или растереть, соединить с натертым сыром, приправить солью, сахаром и перцем.

Когда тесто подойдет, выложить его на доску, посыпанную мукой, разделать на маленькие круглые булочки. Выдавить в середине каждой булочки углубление (дном стопки), в которое вложить полную ложку начинки. Положить булочки на противень, посыпанный мукой, накрыть салфеткой. Когда подойдут, смазать взбитым яйцом. Выпекать в сильно нагретой духовке примерно 25 мин. Подавать горячими.

• Получается примерно 20—25 калачиков.

Репчатый лук с солью

1 кг репчатого лука, 200 г соли.

Лук очистить, вымыть, нарезать кольцами и плотно уложить в стеклянные банки, пересыпая солью. Сверху оставить слой соли. Укупорить и хранить в холодном месте для текущего употребления.

Лук маринованный консервированный

Для маринада: 1 л воды, 2/3 стакана уксуса 9%-ного, 5—10 горошин черного и душистого перца, 1—2 лавровых листа.

Лук очистить, залить горячей соленой водой (200 г поваренной

соли на 1 л воды) и поставить на 2 суток в холодное место. Лук должен стать почти прозрачным. Подготовленным луком заполнить банки по плечики и залить горячим маринадом. Сразу же укупорить и перевернуть вверх дном до остывания.

Лук, маринованный по-польски

Для маринада: I л воды, 2—3 ст. ложки уксуса 9%-ного, по 15 зерен черного и душистого перца, 5—7 лавровых листьев.

Лук очистить, вымыть и опустить в кипящую соленую воду (120—250 г соли на 1 л воды). Кипятить 2—3 мин, вынуть и сразу же охладить в холодной воде. Подготовленным луком заполнить банки по

плечики, залить горячим маринадом и пастеризовать при 85° С: пол-литровые банки — 10—12 мин, литровые — 15—20 мин.

Салат из лука-порея с яблоками

3 шт. лука-порея, 2 яблока, 2 сваренных вкрутую яйца, 3 ст. ложки майонеза, соль, сахар, лимонный сок.

Лук-порей очистить, разделить вдоль пополам, тщательно вымыть, а потом нарезать на кусочки. Положить на несколько минут в кипящую подсоленную воду, добавив сахар. Слить воду, лук-порей охладить, добавить к нему натертые на крупной терке яблоки. Полить салат лимонным соком или разведенной лимонной кислотой, заправить по вкусу сахаром, перемешать с майонезом, сверху посыпать рублеными яйцами, при желании — тертым

сыром.

• В салат можно добавить 2—3 ст. ложки консервированного зеленого горошка.

Лук-порей с орехами в уксусе

500 г лука-порея, 1/2 стакана очищенных грецких орехов, 2 дольки чеснока, стручковый перец, фруктовый уксус, соль.

В кипящую воду (2 стакана) опустить очищенный и промытый лук-порей (целиком) и варить до готовности около 30 мин, после

чего откинуть на дуршлаг, остудить, осторожно отжать каждую луковицу рукой, стараясь не помять. Затем каждую луковицу обернуть ее же листьями, придав ей вид пучка. Очищенные грецкие орехи, соль, чеснок, стручковый перец хорошо истолочь и развести фруктовым уксусом. В этой массе обвалять подготовленные пучки лука-поря и красиво уложить на блюдо.

Лук-порей с гранатами

500 г лука-порея, 1/2 стакана очищенных грецких орехов, 2 дольки чеснока, 1/2 стакана зерен граната, гранатовый сок, стручковый перец, соль.

Лук-порей отварить, отжать, как указано выше, положить на чистую деревянную доску и мелко порубить. Очищенные грецкие орехи, чеснок, стручковый перец, соль хорошо перемешать, растолочь и развести по вкусу гранатовым соком. В эту массу хорошо вмешать подготовленный лук-порей, аккуратно уложить на тарелку и посыпать зернами граната.

Лук-порей в соусе со сливами

2 головкилука-порея, 5—6 стеблей лука-порея, 1 морковь, 5—б ст. ложек жира, 1 ст. ложка муки, 1 чайная ложка красного молотого перца, 400 г слив, 10—15 горошин черного перца, соль.

Мелко нарезать головки лука-порея. Очистить и натереть на терке морковь, поджарить ее с жиром, посыпать мукой и снова поджарить. Затем добавить красный перец и развести горячей водой до получения соуса умеренной густоты. Посолить и дать закипеть. Положить туда стебли лука-порея, нарезанные кусочками длиной 5 см. Когда лук закипит, прибавить хорошо вымытые сливы и черный перец. Варить до готовности при слабом нагреве.

Холодный суп из лука-порея

3—4 стебля лука-порея, капустный рассол, 1 чайная ложка молотого красного перца, 2—3 ст. ложки растительного масла, 2—3 ст. ложки мелкорубленой кислой капусты.

Мелко нарезать стебли лука, положить в капустный рассол, добавить растительное масло, заправить красным перцем, положить мелкорубленную кислую капусту. Подавать охлажденным.

Пюре из лука-порея

12 головок лука-порея, 500 г картофеля, 200 г сметаны.

Сварить крупно нарезанный лук-порей в кипящей соленой воде. Через 10 мин с момента начала кипения положить туда картофель.

Как только овощи сварятся, протереть их через сито. При подаче положить сметану, хорошо перемешать.

Лук-порей в соусе а ля пулетт (французская кухня)

12 головок лука-порея, соль. Для соуса: 0,35 л белого соуса, 100 г мелкого репчатого лука, 50 г сливочного масла, 1 лимон, 1 желток, 100 г белого сухого вина.

Лук-порей вымыть, обрезать корни, удалить зеленую часть листьев и нарезать кусочками. Варить 30 мин в подсоленной кипящей воде в кастрюле без крышки.

Приготовить соус а ля пулетт. Для этого сварить в белом соусе (см, с. 245) мелкий репчатый лук, затем вынуть. В соус добавить сок лимона, белое сухое вино, сливочное масло и желток. Положить в соус приготовленный лук-порей и тушить 15 мин.

Лук-порей тушеный с маслом

600 г лука-порея, соль, сливочное масло.

Лук очистить, отрезав корень и зеленую часть листьев. Стебли и головки нарезать кусочками, поместить в кастрюлю, влить немного воды, добавить соль и тушить под крышкой, не допуская разваривания. Переложить лук шумовкой в посуду, полить растопленным сливочным маслом. Отвар использовать для приготовления соуса, супа.

Лук-порей запеченный

Лук-порей вымыть, обрезать корни и зеленую часть. Белую часть сварить в соленой кипящей воде в кастрюле без крышки в течение 30 мин. Затем хорошо обсушить и уложить в форму для запекания. Покрыть белым соусом, посыпать тертым сыром и запекать в нагретой духовке 20 мин.

Лук-порей, запеченный по-фламандски

1 кг лука - порея, 300 г ветчины, соль, тертый сыр. Для соуса: 50 г сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 2 стакана пива.

Лук-порей очистить, тщательно вымыть, зеленые листья отрезать, а головки с белым стеблем сварить в подсоленной воде в течение 15 мин. Вынуть их из воды шумовкой и обсушить. Положить лук в смазанную сливочным маслом форму для запекания, прикрыть ломтиками ветчины, залить соусом,

приготовленным из муки, обжаренной на сливочном масле и разведенной пивом, посыпать тертым сыром и поставить в духовку приблизительно на 15 мин.

Запеканка из лука-порея по-японски

12 головок лука-порея, 1 булка, панировочные сухари, тертый сыр, молоко, соль, молотый перец, соус бешамель. Для соуса: 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 150 г молока, соль, перец.

Приготовить соус бешамель. Для этого развести муку небольшим количеством молока (50 г), оставшееся молоко довести до кипения и в момент закипания влить в него разведенную муку, все время помешивая. Посолить, поперчить. Уварить смесь до желаемой консистенции, после чего добавить 50 г сливочного масла маленькими кусочками.

Лук-порей тщательно вымыть, отрезать зеленую часть (сохранить ее для супа) и варить 3—4 мин. Размять белую булку, предварительно размоченную в молоке и отжатую, перемешать ее с нарезанным луком-пореем, слегка посолить и поперчить. На плоский противень, смазанный сливочным маслом, уложить приготовленный лук-порей, полить соусом бешамель, посыпать тертым сыром, перемешанным с панировочными сухарями, и поставить в духовку на 25 мин.

Запеканка из жареного лука-порея

1,5 кг лука-порея, 30 г сливочного масла, 150 г тертого сыра, соль. Для соуса: 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 желток, соль, молотый перец.

Лук-порей очистить, тщательно вымыть, зеленую часть отрезать, а головки с белой частью стебля варить в подсоленной воде

15 мин. Вынуть шумовкой из воды, обсушить, нарезать тонкими ломтиками и обжарить на сливочном масле. Уложить лук в форму для запекания, залить соусом, приготовленным из обжаренной на масле муки, приправленной солью, перцем, желтком, посыпать сыром и поставить в духовку на 20 мин.

Пирог с луком-пореем

1 кг лука-порея (без зеленой части), 3—4 яичных белка, соус бешамель, соль. Для теста: 400 г муки, 200 г сливочного масла, вода, соль. Для соуса бешамель: 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 150 г молока.

Приготовить соус бешамель по вышеуказанному рецепту. Не tee чем за 1 ч до того как пирог будет поставлен в духовку, приготовить тесто. Очищенные и вымытые головки лука-порея надрезать и варить в небольшом количестве подсоленной воды

15 мин, затем откинуть на сито, обсушить и мелко нарезать. Выложить лук-порей в соус бешамель, вылить туда же белки, взбитые в пену. Тесто раскатать, сформовать из него пирог, начинив его массой из лука-порея, выложить в металлическую форму для пирогов (лучше всего рифленую, плоскую), предварительно (смазанную сливочным маслом и равномерно посыпанную мукой. Поставить форму с пирогом в сильно нагретую духовку на 20 мин, после чего снизить

температуру до 180° С и довести изделие до готовности.

Салат из зеленого лука со сливами

150 г зеленого лука, 1 стакан слив, 1 ст. ложка рубленой зелени эстрагона, соль, молотый перец, сахар, 1 ст. ложка лимонного сока, 2 ст. ложки растительного масла.

Вымытый лук обсушить, нарезать на кусочки длиной 1 см. Вымыть сливы, удалить косточки и нарезать их тонкими дольками, полить лимонным соком или разведенной лимонной кислотой. Все смешать с растительным маслом, солью, перцем и сахаром по вкусу. Выложить в салатницу и посыпать мелко нарезанной зеленью эстрагона.

• Можно использовать свежие, маринованные, взятые из компота сливы.

Салат из зеленого лука, сыра и яиц

4 ст. ложки рубленого зеленого лука, 100 г сыра, 4яйца, 2 дольки чеснока, 2 ст. ложки майонеза, соль.

Сыр и сваренные вкрутую яйца нарезать кубиками, перемешать с луком и положить в тарелку с растолченным с солью чесноком. Все хорошо перемешать, залить майонезом и дать постоять на холоде 30 мин.

Рагу из зеленого лука

500 г зеленого лука, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка томата-пюре, 1 чайная ло.жка уксуса, 1/2 дольки чеснока, соль, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки.

Зеленый лук нарезать кусочками длиной 3 см и отварить в подсоленной воде, добавив немного уксуса. Затем дать воде стечь. Из масла и пуки приготовить заправку, добавить томат-пюре и небольшое количество воды, в которой варился лук, чтобы соус не получился слишком густым. Приправить натертым чесноком, солью и измельченной зеленью и вы-

ть полученный соус на отваренный лук.

Гренки из ржаного хлеба с яйцами и зеленым луком

200 г ржаного хлеба, бяиц, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, или свиного жира, зеленый лук, соль.

Ржаной хлеб нарезать небольшими ломтиками (6 шт.), поджаритъ с обеих сторон на свином жире или сливочном масле, Затем на каждый ломтик выпустить по одному яйцу, посолить и жарить, пока не свернется белок. В конце жарения обильно посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

Запеканка из зеленого лука с яйцами и брынзой

500 г зеленого лука, 2 ст. ложки сливочного масла, 3 помидора, 1/4 стакана отварного риса, 3/4 стакана воды, 1/2 стакана молока, 2 яйца, 1/2 стакана измельченной брынзы.

Зеленый лук вымыть, нарезать кусочками длиной 2 см и потушить масле. К тушеному луку добавить нарезанные помидоры, сваренный до полуготовности рис, воду и немного масла. Все перемешать и выложить на противень, поместить в нагретую духовку и держать в ней до тех пор, пока рис не впитает всю воду. Взбить яйца с молоком и натертой на крупной терке брынзой, все перемешать и вылить смесь в противень с луком. Слегка размешать и снова поставить в духовку. Запеканку подавать на стол теплой.

Пельмени с зеленым луком

500—600 г зеленого лука, 5—6 яиц, 2 ст. ложки сливочного масла, соль.

Для теста: 1,5 стакана муки, 1 яйцо, 1/4 стакана воды, соль.

Приготовить тесто для пельменей: в муку, насыпанную горкой, влить яйцо, 1/4 стакана воды, добавить соль, хорошо перемешать и замесить довольно крутое тесто. Раскатать в тонкий пласт, вырезать кружки. Очищенный и промытый зеленый лук с головками нарезать и слегка обжарить в сливочном масле, остудить, добавить мелко нарезанные сваренные вкрутую яйца, посолить и все перемешать.

Сформовать пельмени и варить их в кипящей подсоленной воде 5—6 мин. Подавать со сметаной или кислым молоком.

Блинчики с зеленым луком и яйцами

Для теста: 1 стакан муки, 1 стакан молока, 2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 4 ст. ложки растительного масла, соль. Для начинки: 300 г зеленого лука, 1/2 стакана отварного рассыпчатого риса, 5 яиц, 4 ст. ложки маргарина или сливочного масла, соль, молотый перец.

Приготовить тесто. Для этого яйца растереть с сахаром и солью, добавить 1/3 стакана молока, растительное масло, всыпать муку и замесить тесто, разминая все комочки. Постепенно влить оставшееся молоко, размешать до получения однородной жидкой массы (если останутся комочки, процедить через сито), оставить на 20—30 мин.

Для приготовления начинки отварной рассыпчатый рис смешать с нарезанным зеленым луком, сырыми яйцами, добавить маргарин или сливочное масло, соль, перец, перемешать.

На чугунные сковороды, смазанные маслом, наливать тонким слоем тесто и обжаривать блины с одной стороны. На обжаренную сторону блинов выложить начинку, свернуть каждый блин в виде конверта или трубочкой и обжарить с другой стороны. Подавать блинчики с маслом или сметаной.

Редька. Рецепты блюд и изделий из редьки

Бутерброды с ломтиками редьки

1 небольшая редька, 4 ломтика ржаного хлеба, 40 г сливочного масла, 1 маленькая луковица.

Ломтики хлеба намазать сливочный маслом, положить на них тонко нарезанные ломтики редьки, сверху положить тонкие кольца лука.

• Очищенную и разрезанную пополам редьку предварительно выдержать в ледяной воде (20—30 мин), чтобы удалить горечь.

Бутерброды с тертой редькой

1 небольшая редька, 4 ломтика ржаного хлеба, 30 г селедочного масла, 1 ст. ложка сметаны.

Ломтики хлеба намазать селедочным маслом, покрыть его толстым слоем натертой редьки, смешанной со сметаной.

• Редьку подготовить, как указано в предыдущем рецепте. Селедочное масло за неимением его можно заменить сливочным.

Салат из листьев редьки

200 г листьев редьки, 2 яйца, 2 ст. ложки сметаны, сахар, соль, уксус 3%-ный, растительное масло, зелень петрушки, укроп.

Сварить яйца вкрутую, охладить. Тщательно вымытые листья редьки мелко нарезать, положить в глубокую тарелку, посыпать мелко нарезанными яичными белками. Желтки растереть со сметаной, добавить по вкусу соль, сахар, немного уксуса (1 чайная ложка) и растительного масла. Эту смесь взбить и заправить ею салат. Посыпать мелко нарезанной зеленью.

Салат из редьки с ботвой

2 небольшие редьки с ботвой, 1/2 стакана сметаны, 1 луковица, соль.

Листья редьки тщательно промыть, залить горячей водой, довести до кипения, слить воду. Очищенную редьку нарезать соломкой, посолить, придавить крышкой и поставить на 20 мин в холодильник, чтобы выделился сок. Затем смешать с рубленой ботвой, заправить сметаной, посыпать нарезанным луком.

Салат из редьки с простоквашей

400 г редьки, 2/3 стакана простокваши, соль, молотый перец, зелень.

Очищенную редьку выдержать в холодной воде, натереть на средней терке, посолить, поперчить, заправить простоквашей, посыпать измельченной зеленью.

Салат из редьки и моркови с грецкими орехами и чесноком

2 небольшие редьки, 2 моркови, 10 грецких орехов, 1/2 лимона, 8 зубчиков чеснока, соль.

Очищенные и тщательно вымытые редьку и морковь натереть на мелкой терке. Ядра грецких орехов и чеснок растолочь в ступке. Все смешать, выжать в смесь сок из лимона, посолить по вкусу. Цедру лимона натереть и добавить в салат. Еще раз перемешать и подать.

Салат «Снежана»

300 г редьки, 200 г охлажденного вареного мяса, 100 г репчатого лука, 1 ст. ложка растительного масла, майонез, зелень, соль, молотый перец.

Очищенную и вымытую редьку нарезать тонкой соломкой. Так же нарезать охлажденное вареное мясо. Лук нарезать и обжарить на растительном масле до золотистого цвета. Все смешать, посолить, поперчить, заправить майонезом, украсить зеленью.

Салат из редьки и лука с настурцией

2 небольшие редьки (250—300 г), 2 луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, 5 цветков настурции, соль, молотый перец.

Очищенную и вымытую редьку натереть на терке. Лук и цветки настурции мелко нарезать. Все смешать, посолить, поперчить, полить растительным маслом.

Салат из черной редьки с молочно-творожным соусом

300 г черной редьки, 1 небольшая морковь, соль, сахар, 1 ст. ложка творога, 3 ст. ложки молока, зелень петрушки.

Очищенные и вымытые черную редьку и морковь натереть на средней терке, полить соусом, приготовленным из творога и молока, перемешать, добавить сахар по вкусу, посолить, посыпать измельченной зеленью.

Черная редька с квасом

2 небольшие черные редьки (250—300 г), 1 стакан кваса, 2 чайные ложки растительного масла, соль.

Очищенную и вымытую черную редьку натереть ка средней терке, посолить, заправить растительным маслом, залить квасом и подать в бульонных чашках.

Черная редька с молоком

2 небольшие черные редьки (250—300 г), 1 стакан молока, 2 чайныеложки растительного масла.

Приготовить по предыдущему рецепту, заменив квас молоком. Редька с творогом

1 небольшая редька, 100 г творога, 1—2 ст. ложки сметаны или молока, соль, сахар, молотый перец.

Творог растереть с молоком или сметаной, перемешать с натертой редькой, заправить солью, перцем и сахаром по вкусу.

• Можно добавить 1 ст. ложку толченых орехов.

Редька со шкварками (еврейская кухня)

1 редька средней величины, 1 луковица, кусочки утки, гуся или курицы с жиром и кожей, соль, зелень.

Очищенную и вымытую редьку разрезать пополам, выдержать

30 мин в ледяной воде, затем натереть на крупной терке. Кусочки утки, гуся или курицы с жиром и кожей вытопить на слабом огне. На растопленном жире обжарить мелко нарезанный лук. Перемешать натертую редьку со шкварками и луком, полить жиром, украсить зеленью.

Редька с изюмом и медом

4 ст. ложки мелко натертой редьки, 1 луковица, 2 ст. ложки мелкорубленых листьев редьки, 2

ст. ложки растительного масла, по 2 чайные ложки мед а и изюма.

Промытые и измельченные листья редьки смешать с натертой редькой, мелко нарезанным луком, промытым и ошпаренным изюмом и медом. Заправить растительным маслом и выложить в салатницу.

Пирожки с редькой

7 большая или 2—3 небольшие редьки, 1 луковица, 2 ст. ложки растительного масла, соль. Для теста: 1,5 стакана муки, 1/2 стакана воды,, 2 ст. ложки свежих дрожжей, J ст. ложка сахара, 1 чайная ложка соли, 2 ст. ложки растительного масла.

Замесить дрожжевое тесто, выбить его на разделочной доске, поставить для брожения. Подошедшее после осаживания тесто выложить на стол, посыпанный мукой, разделать на шарики, дать им расстояться 10—15 мин, затем раскатать в тонкие лепешки, положить на каждую начинку из редьки, защипать края теста, придавая изделиям форму пирожков. Уложить их на сухой противень, снова дать расстояться 10—15 мин и затем выпечь в духовке, нагретой до 200—220° С, в течение 20—25 мин.

Приготовление начинки. Редьку очистить, вымыть, разрезать пополам и выдержать в холодной воде 20—30 мин, после чего натереть на крупной терке, перемешать с мелко нарезанным луком, посолить, заправить растительным маслом.

• Горячие пирожки смазать растительным маслом.

Пирожки с редькой, сыром и творогом

2 редьки средней величины, 100 г сыра, 100 г творога, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени, соль. Для теста: 1,5 стакана муки, 1/2 стакана воды, 2 ст. ложки свежих дрожжей, 1 ст. ложка сахара, 1 чайная ложка соли, 2ст. ложки растительного масла.

Приготовленную, как указано выше, редьку, кусочки сыра, творог, зелень пропустить через мясорубку, посолить, перемешать. Приговить тесто и выпечь пирожки по предыдущему рецепту, начинив их фаршем из редьки, сыра и творога. Горячие пирожки смазать растительным маслом.

Печенье песочное с редькой

1 редька, 1,5 стакана муки, 4 ст. ложки маргарина, 4 ст. ложки сахара, яйцо, сода, соль.

Приготовить песочное тесто. Для этого маргарин размягчить (пестиком или миксером), добавить сахарную пудру (смолоть сахар) яйцо, соду, соль и взбивать массу до однородной консистенции. Всыпать муку и натертую на мелкой терке редьку.

Быстро замесить тесто (от долгого перемешивания оно затягивается изделия получаются жесткими). Для ароматизации можно добавить ванилин или лимонную цедру (молотую). После замеса

охладить до 6—8° С. Песочное тесто раскатать, сформовать печенье и выпечь в нагретой духовке.

Салат из консервированной по-домашнему черной редьки

На 1 литровую банку: 640 г редьки, 80 г красного сладкого перца или моркови, 15 г зелени сельдерея, 15 г зелени петрушки, 10 г чеснока, 2 чайнаые ложки соли, 1 чайная ложка сахара, 40 г уксуса 9%-ного.

Редьку тщательно вымыть, очистить, снова вымыть и натереть на терке стружкой. В подготовленную чистую банку влить уксус, добавить зелень сельдерея и петрушки, 2 небольших зубчика чеснока на них уложить редьку. По стенке банки расположить нарезанный полосками сладкий красный перец или пластинки отваренной моркови. Сверху редьки положить соль и сахар, залить кипятком по горлышко банки. Накрыть банку крышкой и поставигь на прогревание в слабокипящую воду на 12

мин, после чего укупорить жестяной крышкой, несколько раз встряхнуть и прокатать по столу, чтобы лучше перемешать горячий рассол с редькой.

Салат в пол-литровых банках прогревать 8—10 мин (соответственно изменить и соотношение продуктов).

Перед подачей консервированного салата рассол слить, выложигь редьку на блюдо, добавить 2—3 ст. ложки майонеза, сметаны или подсолнечного масла. Украсить салат красным перцем.

Салат из замороженных в морозильнике редьки и яблок

2 редьки, 3 яблока, 3 зубчика чеснока, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 4 ст. ложки майонеза, соль.

Редьку хорошо промыть щеткой, очистить и снова вымыть. Яблоки очистить и положить в подсоленную воду (1 чайная ложка на 1 л), чтобы не потемнели. Редьку натереть. Яблоки нарезать дольками, добавить мелко нарезанные чеснок и зелень. Все перемешать и плотно упаковать в полиэтиленовый пакет. Пакет запаять и заморозить. Хранить при температуре минус 18° С не более 8—10 месяцев.

Перед употреблением салата отогреть упаковку в теплой воде, затем вскрыть ее, салат выложить, посолить, перемешать и полить майонезом.

Салат из редиса с ботвой

20 редисок с ботвой, 2 луковицы, 4 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, соль.

Ботву редиса перебрать, промыть, мелко нарезать и порубить, ис нарезать кружочками, смешать с подготовленной ботвой, с езанным соломкой репчатым луком, солью, растительным лом. Посыпать салат зеленым луком.

Салат из редиса с яблоками и листьями клубники

5 редисок, 2 ст. ложки риса, 1/2 стакана воды, 2 яблока, 2 ст. ложки рубленых молодых листьев клубники, 4 ст. ложки майонеза, соль.

Рис перебрать, промыть, залить горячей соленой вдой, довести сипения, варить 5 мин и настоять при закрытой крышке 15—20. Охладить.

Редис и яблоки промыть, нарезать соломкой, добавить отварной осторожно перемешать. Посыпать салат мелко нарубленными одыми листьями клубники и полить майонезом.

Салат из тертого длинного редиса с апельсином

3 крупных длинных редиса, 2 ст. ложки лимонного сока, 1 ст. ложка сахара, 1 апельсин, соль.

Зымытый редис положить на 1 ч в воду, меняя ее время от времени. Вынуть редис и обсушить. Натереть редис на мелкой терке, смешать с лимонным соком, посолить, добавить сахар, апельсин, нарезанный кружочками.

Творог с редисом

5—6 редисок, 100 г творога, 1— 2 ст. ложки сметаны или молока, 1 чайная ложка мелко нарезанной, зелени петрушки или укропа, соль.

В растертый и смешанный со сметаной или молоком творог добавить измельченный редис и зелень, посолить.

Соус с редисом и солеными огурцами

5 редисок с ботвой, 4 соленых огурца, 4 ст. ложки растительного масла, 1 стакан воды, 1 луковица, соль, лимонная кислота по вкусу.

Соленые огурцы пропустить через мясорубку вместе с кожицей и семенами, добавить растительное масло, соль, мелкорубленую ботву редиса, нарезанный соломкой репчатый лук, долить воду. Довести соус до кипения, охладить, ввести лимонную кислоту, мелко нарезанную редиску.

Суп овсяный с редисом

10 редисок с ботвой, 1/2 стакана сметаны, 2 л воды, 3 головки зеленого лука с перьями, 1 стакан геркулеса, соль.

Ботву редиса промыть, нарубить. Редис нашинковать, зеленый лук мелко нарезать. В кипящую соленую воду всыпать крупу, довести до кипения, добавить редис и ботву, снова довести до кипения, снять с огня и дать настояться под крышкой 10—15 мин. Подавать в горячем виде со сметаной и зеленым луком.

Окрошка с редисом на кефире

5 редисок с ботвой, 3 свежих огурца, 4 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, по 0,5 л кефира и кипяченой воды, соль.

Огурцы и редис нарезать соломкой, добавить промытые и нарезанные листья редиса, зеленый лук, соль. Смешать кипяченую воду с кефиром и охладить смесь, после чего добавить в нее подготовленные овощи.

Отварной редис

20 редисок, соль, сахар, 1 cm ложка рубленого укропа, 1 cm ложка сливочного масла или маргарина

Вымытый и очищенный от листьев и хвостиков редис положить в кипящую воду, добавив в нее соль и сахар по вкусу. С момента второго закипания воды варить редис в открытой посуде 10 мин, затем сцедить воду, полить редис растопленным маслом и посыпать рубленым укропом.

Тушеный редис

500 г редиса, 50 г сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 80 г сливок или сгущенного молока без сахара, зеленый лук, соль, молотый перец, мясной отвар.

Вымытый редис нарезать кружочками, потушить на сливочном масле, залить мясным отваром так, чтобы он только покрыл редис, посолить, поперчить, слегка обсыпать мукой, залить сливками или сгущенным молоком без сахара и потушите несколько минут. При подаче посыпать зеленым луком.

Пудинг из гречневой крупы с ботвой редиса

1 стакан гречневой крупы, ботва от 4 пучков редиса, 2 стакана воды, 2 яйца, 1/2 стакана молока, соль.

Гречневую крупу промыть, замочить в холодной воде на 1—2 ч. Ботву редиса перебрать, промыть, мелко порубить, уложить на дно формы, не смазывая ее маслом, выложить на нее замоченную гречневую крупу. Поместить пудинг на 20—30 мин в духовку, нагретую до 220° С. За 10—15 мин до конца выпечки полить яично-молочной смесью (яйца смешать с молоком, посолить и слегка взбить). Подавать с ботвой редиса.

Оладьи с редисом

10 редисок с ботвой, тесто для оладьев. Вымытый редис отделить от листьев. Листья мелко порубить,

редис нашинковать, все перемешать и ввести в тесто. Выпекать оладьи обычным способом.

Блинчики с фаршем из яиц и ботвы редиса

Для фарша. 4 сваренных вкрутую яйца, 200 г ботвы редиса, 2 моркови, 2 cm ложки растительного масла, соль Для теста: 1 стакан муки, 1 стакан молока, 2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 4 cm ложки растительного масла, соль

Приготовление теста и выпечка блинчиков описаны в рецепте. Для приготовления фарша ботву редиса промыть, отделить черешки от листьев, все мелко порубить. Морковь пропустить через мясорубку, смешать с рублеными черешками листьев редиса, потушить вместе на растительном масле 5—7 мин, добавить рубленые яйца, листья редиса, соль. Перемешать, завернуть в блинчики, обжарить. Подавать с маслом, сметаной, вареньем.

Витаминный напиток из простокваши с редисом

10 редисок, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки и укропа или зеленого лука, 4 стакана простокваши, соль.

Редиску вымыть, нарезать тонкими ломтиками или мелко нарубить и перемешать с мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа. Простоквашу тщательно перемешать и при помешивании добавить в нее приготовленную смесь из редиски и нарубленной зелени, а затем заправить по вкусу солью. Подавать сразу.

• Простоквашу можно заменить кефиром.

Репа. Рецепты блюд и изделий из репы

Масса бутербродная с репой

2 репы средней величины, 2 cm. ложки сливочного масла или маргарина, 100 г (одна упаковка) плавленого сыра, 1 cm. ложка рубленой зелени.

Очищенную, вымытую и нарезанную тонкими кусочками репу уложить на ломтики хлеба, сверху смоченной в воде чайной ложкой уложить начинку. Для ее приготовления в масло или маргарин добавить плавленый сыр, зелень, тщательно перемешать и взбить так, чтобы получилась однородная без комочков масса.

• Бутерброды можно украсить свежими или консервированными яблоками или ягодами, измельченными орехами.

Салат из репы с ягодами

2—3 репы, 1/2 стакана смородины или клюквы, сахар или мед.

Вымытую и очищенную репу натереть или нарезать соломкой, смешать с размятыми ягодами и заправить медом или сахаром.

• Салат можно посыпать рубленым укропом или тмином.

Похлебка с репой

2 репы с ботвой, 2 ст. ложки перловой крупы, 1 морковь, 1 л воды, 3 ст. ложки растительного масла, соль.

Репу отделить от ботвы, ботву промыть и нарубить. Очищенные репу и морковь нарезать соломкой. Перловую крупу промыть и замочить на 1—2 ч, после чего залить водой, довести до кипения, добавить репу, морковь, ботву репы, посолить, снова довести до кипения и настоять при закрытой крышке без нагревания в течение 15—20 мин. Подать с растительным маслом.

Щи репяные крестьянские

2 репы, 1/2 брюквы, 1/2 стакана капустного рассола, 1 луковица, 1/2 корня петрушки, 1 зубчик чеснока, 1/2 ст. ложкимелко нарезанного укропа, 1 ст. ложка сметаны.

Очищенные и вымытые репу и брюкву мелко нарезать, положить в кипящую жидкость вместе с капустным рассолом, добавить пассерованные лук и корень петрушки и варить до мягкости овощей. Перед окончанием варки добавить тертый

чеснок. При подаче полить сметаной, посыпать зеленью. Отдельно можно подать пироги.

• Воду по возможности заменить бульоном или квасом.

Репа под соусом

4 репы, 4 яйца, 2 ст. ложки сахара, 1/2 стакана сливок или молока.

Очищенную и вымытую репу нарезать ломтиками толщиной 0,5 см, отварить в воде без соли, откинуть на дуршлаг.

Приготовить соус. Для этого желтки растереть с сахаром, добавить сливки или молоко и проварить до загустения на водяной бане, затем взбить смесь и добавить взбитые белки. Подать репу под этим соусом как самостоятельное блюдо или на гарнир к отварному мясу.

Репа фаршированная

8 реп, 1/2 стакана тертого сыра, 30 г сливочного масла, 1/2 стакана сметаны или сметанного соуса. Для фарша: 1/2 стакана риса, 1 луковица, 1 яйцо, 1 пучок зелени петрушки, масло для жарения.

Очистить репу от кожицы и ножом сделать круговой надрез (у верхушки) до половины толщины плода. Положить репу в кастрюлю, залить холодной водой так, чтобы она только покрыла ее, и

сварить до мягкости. Пока варится репа, приготовить фарш: рис перебрать, промыть, дать стечь воде и обсушить. Очищенный репчатый лук мелко нарезать, обжарить на масле в глубокой сковороде или сотейнике, добавить рис и, помешивая, обжарить все вместе в течение 10 мин. Влить 1—1,5 стакана отвара репы, накрыть сковороду крышкой, дспести рис до готовности. В готовый рис добавить рубленое сваренное вкрутую яйцо, мелко нарезанную зелень петрушки и хорошо перемешать. Вынуть репу из кастрюли, остудить, удалить ложкой сердцевину, оставляя тонкие стенки. Заполнить репу фаршем, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в нагретой духовке.

Подавать со сметаной или сметанным соусом.

Репа, фаршированная манной кашей

2 репы, 1/2 ст. ложки манной крупы,1/4 стакана молока, 1 чайная ложка сахара, 1 ст. ложка масла, 1 чайная ложка тертого сыра.

Очищенную репу промыть, залить горячей водой и сварить до полуготовности. Из приготовленной репы вырезать середину и хорошо проварить ее, затем протереть через сито, смешать с предварительно сваренной на молоке негустой манной кашей, добавить сахар и масло. Подготовленным фаршем начинить репу, положить ее на смазанную жиром сковороду, смазать маслом или сметаной, можно посыпать сыром и запечь в духовке в течение 20—25 мин.

• Репу можно фаршировать мясом, рисом, овощами.

Репа со сладким фаршем

6 реп, 1 ст. ложка сливочного масла, 2/з стакана молока, 1/8 батона, 2—3 куска сахара, мускатный орех, 1/2 стакана изюма, 1 желток, молотые сухари, молочный соус, соль.

Очищенную репу вымыть, отварить до готовности, срезать рхушки, осторожно выбрать середину ложечкой, растереть со сливочным маслом, молоком, положить тертый хлеб, соль, сахар, мускатный орех, изюм и желток. Размешать, нафаршировать этой смесью каждую репу, накрыть срезанной верхушкой, посыпать сухарями, поставить в нагретую духовку и запечь. При подаче облить молочным соусом.

Пюре из репы запеченное

8—10 реп, 3 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан молока или сливок, 1/3 стакана панировочных сухарей, 2 яйца, 1/3 стакана сметаны, соль.

Очищенную и вымытую репу положить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить до полного размягчения. Растолочь вареную репу толкушкой, добавить масло, молоко или сливки, сухари, яйца и все хорошо перемешать. Готовое пюре выложить на сковороду, смазать сметаной. Запечь в нагретой духовке в течение 10—15 мин. Подать как самостоятельное блюдо или на гарнир к мясу, рыбе.

Запеканка с репой

400 г репы, 200 г пшеничного хлеба, 1,5 стакана молока, 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла или маргарина, 1 ст. ложка растительного масла (для смазки формы), 1 ст. ложка панировочных сухарей, 2 ст. ложки тертого сыра, соль.

Очищенную, вымытую и мелко нарезанную репу потушить в масле и размять. Мякиш пшеничного хлеба размочить в молоке, добавить растертые с маслом или маргарином желтки, протертую репу и взбитые белки, посолить, перемешать. Выложить массу в форму, смазанную растительным маслом и обсыпанную сухарями, поверхность посыпать тертым сыром. Запечь массу в духовке до образования румяной корочки на поверхности.

Котлеты из репы

500 г репы, 200 г пшеничного хлеба или 150—200 г сухарей, 1/2 стакана молока, 3 ст. ложки растительного масла, сала или маргарина, 2 яйца, 2 луковицы, 1—2 ст. ложки муки или панировочных сухарей, соль. Пожеланию: 4 чайные ложки сметаны или жареного репчатого лука.

Репу очистить, сварить до мягкости, растолочь деревянной толкушкой или протереть через сито. Добавить накрошенный пшеничный хлеб или молотые сухари, дать им размокнуть, ввести горячее молоко, размешать, слегка остудить, добавить яйца, муку, растительное масло, сало или маргарин, обжаренный в масле нарезанный репчатый лук, соль. Сформовать из приготовленной массы котлеты, обвалять в муке или панировочных сухарях и обжарить на растительном масле, сале или маргарине. Можно не жарить котлеты, а потушить в сметане или запечь в духовке. Подавать со сметаной или посыпав сверху жареным репчатым луком (или толченым чесноком).

Репяной хлебец (финская кухня)

750 г репы, 0,5 л воды, 500 г ячневой муки, 2 чайные ложки соли, маргарин иди топленое масло для смазки.

Репу очистить, нарезать дольками и варить до мягкости в воде на слабом огне так, чтобы почти вся вода выкипела и остался густой отвар. Затем репу истолочь в пюре, смешать с отваром и остудить. В пюре добавить муку, посолить, вымегить до консистенции довольно крутого теста. Тесто раскатать в пласт и сформовать 2 лепешки. Наколоть их по всей поверхности вилкой и выпечь в течение 30 мин в духовке, нагретой до 250° С. Вынув из духовки, накрыть льняным полотенцем и дать немного остыть. Подавать хлебец теплым.

Пироги с репой (финская кухня)

1 кг репы, 500 г ржаного теста, 300 г копченого мяса, молотый перец, соль.

Очищенную репу нарезать соломкой и оставить на ночь в холодной подсоленной воде. Ржаное тесто раскатать в тонкие круглые пласты. На середину каждого такого «блина» положить вымоченную репу, мелко нарезанное копченое мясо и поперчить. Защипать края и выпечь пироги в слабо нагретой духовке (при 170° С) в течение 40 мин. Подавать горячим, смазав маслом.

Репяной колобок (финская кухня)

4 большие репы, 500 г ржаного теста (пресного), 150 г свиного мяса, 1 стакан соленых грибов или просто соль, топленое масло для смазки.

Вымыть грибы. Очищенную репу нарезать соломкой. Раскатать тесто в круглый пласт, положить на него репу, посыпать солью и сверху положить мелко нарезанные вымоченные грибы. Свинину нарезать кусочками, положить тонким слоем на репу с грибами, а затем снова положить новый слой репы, и так до тех пор, пока не будут использованы все продукты. Сверху положить другой пласт теста, защипать края и поставить пирог в духовку, нагретую до 180° С. После выпечки выдержать некоторое время под льняным полотенцем для отпотевания.

Квас из репы

Репу вымыть, очистить, положить в чугунок и поставить в печь париться. На следующий день пареную репу развести прохладной кипяченой водой, добавить немного муки или дрожжей, поставить в теплое место. После появления пены квас готов

Сельдерей. Рецепты блюд и изделий из сельдерея

Сельдерей корневой в остром соусе

1 корень сельдерея, 2 чайные ложки горчицы, 1/2 стакана растительного масла, 1 ст. ложка лимонного сока или уксуса, соль, молотый перец

Приготовить острый соус из горчицы, растительного масла, лимонного сока или уксуса. Масло понемногу вливать в горчицу, все время размешивая, в конце добавить лимонный сок или уксус, посолить, поперчить. Корень сельдерея нарезать тонкими ломтиками и есть, обмакивая их в соус.

Салат из корневого сельдерея

300 г корневого сельдерея, 3 ст. ложки сметаны, 1/2 стакана майонеза, 2 чайные ложки готовой горчицы.

Корни сельдерея промыть, очистить от кожицы и натереть на крупной терке. Смешать сметану с майонезом и горчицей и этой смесью заправить натертый сельдерей. Хорошо перемешать и выдержать перед подачей на стол 30 мин в холодильнике.

Рагу из корневого сельдерея

350 г корневого сельдерея, 1 луковица, 2 чайные ложки муки, 1 ст. ложка томата-пюре, 1 чайная ложка сахара, 4 ст. ложки растительного масла, зелень петрушки и сельдерея, соль.

Очищенный и нарезанный тонкими ломтиками сельдерей поджарить на сковороде в небольшом количестве растительного масла, положить в кастрюлю, добавить растительное масло, мелко нарезанный лук. Муку смешать с небольшим количеством воды, томатом-пюре, солью и сахаром, влить в кастрюлю с сельдереем и поставить на 30 мин в нагретую духовку. Подавать в холодном виде, посыпав измельченной зеленью петрушки и сельдерея.

Сельдерей корневой со сметаной (французская кухня)

750 г корневого сельдерея, 100 г сметаны. Для белого соуса: 2 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 0,5 л воды, соль, перец.

Вымытый сельдерей очистить от кожицы и нарезать тонкими ломтиками, положить в соленую холодную воду и варить 30 мин при сильном кипении. Перед подачей полить сельдерей белым соусом, смешанным со сметаной.

Приготовление белого соуса. Положить половину масла в кастрюлю, растопить, добавить разведенную в небольшом количестве воды муку и, помешивая, проварить 2—3 мин. Постепенно добавить горячую воду, помешивая, чтобы не было комков. Томить на слабом огне 10 мин, добавить оставшееся масло маленькими кусочками, посолить, поперчить.

Икра из корневого сельдерея

2 корня сельдерея средней величины, 5—6 зубчиков чеснока, 10—15 ядер грецких орехов, 2 яйца, соль, уксус, подсолнечное масло, молотый перец, зелень петрушки.

Вымытые и очищенные корни сельдерея отварить в подсоленной воде до мягкости, вынуть и приготовить пюре. Растолочь чеснок с солью и грецкими орехами, добавить уксус и подсолнечное масло, посыпать перцем и мелко нарезанной зеленью петрушки, тщательно перемешать эту массу с пюре из сельдерея. При подаче посыпать икру сваренными вкрутую рублеными яйцами.

Корневой сельдерей в мясном соке (французская кухня)

3 корня сельдерея, 1 морковь, 1 луковица, 0,25 л бульона, 0,25 л мясного сока, сливочное масло для жарения, соль, молотый перец. Для блана: 1 л воды, 1 ст. ложка муки, разведенная в 3 ст. ложках воды и 1 ст. ложке уксуса.

Вымытый и очищенный сельдерей бланшировать 10 мин в блане для овощей. Дать стечь воде. В глубокой сковороде пожарить на сливочном масле нарезанные ломтиками лук и морковь, положить сверху сельдерей, посолить, поперчить, залить бульоном и тушить при слабом нагреве до готовности. Добавить мясной сок и тушить еще 10 мин.

Суп из корневого сельдерея (французская кухня)

1 корень сельдерея, 1 л бульона, 60 г рисовой муки, 1 желток.

Вымытый и очищенный от кожицы сельдерей нарезать ломтиками и варить в бульоне 30 мин. Протереть через сито,

довести до кипения, сразу добавить разведенную в холодной воде рисовую муку и кипятить еще 5 мин. При подаче заправить суп желтком.

«Хлеб» из корневого сельдерея (французская кухня)

4 корня сельдерея, 5 желтков, 1 целое яйцо, 1/4 стакана сметаны, сливочное масло для смазывания формы, соль, перец.

Вымытые и очищенные корни сельдерея нарезать тонкими ломтиками, положить в соленую холодную воду и варить при сильном кипении 30 мин. Затем приготовить из сельдерея пюре, добавить яично-сметанную смесь, посолить, поперчить. Наполнить этой смесью форму, смазанную сливочным маслом, и поставить на водяную баню на 1,5 ч.

Пюре из корневого сельдерея

800 г корневого сельдерея, 250 г картофеля, 60 г сливочного масла, 200 г сметаны, соль, молотый перец.

Вымытый и очищенный сельдерей нарезать дольками и варить в кипящей соленой воде 20 мин. Добавить нарезанный дольками очищенный картофель и варить еще 20 мин. Слить воду и протереть массу через сито, посолить, поперчить. Добавить сметану и сливочное масло, энергично взбивая пюре.

• Можно брать равное количество сельдерея и картофеля.

Сельдерей корневой жареный

2 корня сельдерея, лимонный сок или разведенная лимонная кислота, мука для панировки, растительное масло для жарения, соль.

Вымытые корни сельдерея отварить в подсоленной воде до мягкости, вынуть, очистить и нарезать ломтиками толщиной 1 см. Полить сельдерей лимонным соком или разведенной лимонной кислотой и дать постоять 5—10 мин. Обвалять ломтики в муке и поджарить на растительном масле до золотистого цвета.

Колбаски из корневого сельдерея

5 00 г корневого сельдерея, 100 г белого хлеба, 100 г мясного фарша, 2 яйца, тмин, соль, мука, молотые сухари, жир для жарения.

Очищенный и сваренный в подсоленной воде сельдерей нашинковать, тщательно перемешать с предварительно замоченным и отжатым белым хлебом, мясным фаршем, яйцом, тмином и солью, добавить молотые сухари, чтобы можно было сформовать из полученной массы колбаски. Обвалять их в муке, яйце и сухарях и обжарить в жире со всех сторон.

Сельдерей, жаренный в пивном тесте

2—3 корня сельдерея, 2—3 ст. ложки муки, 1—2 яйца, соль, пиво, жир для жарения.

Вымытые и очищенные корни сельдерея опустить в слегка подсоленный кипяток и варить до полуготовности. Из муки, желтков, соли и пива замесить тесто погуще, добавить взбитые в густую пену белки яиц. Сельдерей погрузить в тесто, вынуть и обжарить на разогретой с жиром сковороде.

Крокеты из сельдерея

2 корня сельдерея, 2 стакана варенго риса, 2 ст. ложки масла, бульон, 3 яйца, молотый перец, соль, молотые сухари, растительное масло или жир для жарения.

Вымытые и очищенные корни сельдерея натереть на терке и тушить в небольшом количестве бульона с маслом. Яйца взбить, смешать с вареным рисом, добавить соль, перец и тушеный сельдерей (без жидкости). Сформовать круглые или продолговатые крокеты, смочить их в яйце, панировать в сухарях и жарить во фритюре.

Оладьи из сельдерея

500 г корневого сельдерея, 300 г тертого сыра, 4 яйца, 4 ст. ложки молотых сухарей, 8 ст. ложек муки, соль, зелень петрушки, жир.

Вымытые и очищенные корни сельдерея натереть на терке, смешать с яйцами, мукой, тертым сыром, мелко нарезанной зеленью петрушки, солью и сухарями. Из приготовленного теста на разогретой с жиром сковороде выпечь оладьи с обеих сторон. Подать со сметаной.

Ломтики корневого сельдерея, запеченные с сыром

650 г корневого сельдерея, 100 г сыра, 1 яйцо, 1 чайная ложка муки, 2 ст. ложки молотых сухарей, несколько шампиньонов или других свежих грибов, 2 ст. ложки сливочного масла, соль.

Вымытый сельдерей отварить до мягкости, охладить, очистить, нарезать ломтиками толщиной 0,5 см. Более тонкими ломтиками нарезать сыр. Обвалять сельдерей в муке, слегка посолить, обмакнуть каждый ломтик одной стороной в яйцо, обвалять в сухарях и положить на смазанный жиром противень запанированной стороной. На ломтики сельдерея положить тонкие ломтики сыра. Подготовленные грибы нарезать соломкой, положить на сыр. Запечь в духовке. Подавать ломтики горячими, выложив их на разогретое блюдо.

• Можно украсить листьями петрушки, дольками помидора или сладкого красного перца.

Сельдерей на десерт

1 молодой корень сельдерея, 3 яблока, 2 груши, по 2 ст. ложки изюма и толченых орехов, 2 желтка, сок одного лимона, 50 г сахара, 1 яичный белок, соль.

Сырой сельдерей, яблоки и груши вымыть, очистить, мелко нарезать, перемешать с изюмом, орехами, желтками, лимонным соком, солью и сахаром, добавить взбитый белок. Полученной массой заполнить формочки, смазанные жиром, и запечь в нагретой духовке.

Сельдерей корневой маринованный

Для заливки: 4 стакана воды, 1 стакан уксуса 9%-ного, 3—4 почки гвоздики или черного перца горошком, соль.

Промытые, очищенные и снова тщательно вымытые корни сельдерея нарезать кубиками и на 2—3 мин опустить в кипящую подсоленную воду (1 ст. ложка соли и 1/3 чайной ложки лимонной кислоты на 1 л воды), затем сразу переложить в холодную воду, вынуть, дать стечь воде и наполнить подготовленные стеклянные банки сельдереем по плечики. Залить горячим маринадом и пастеризовать при 95° С: пол-литровые банки — 20 мин, литровые — 25 мин.

• Уксус можно заменить разведенной лимонной кислотой (18—20 г лимонной кислоты).

Сельдерей листовой маринованный

Для заливки: 4 стакана воды, 1 стакан уксуса 9%-ного, 40—80 г соли, 40—100 г сахара. На литровую банку: 2—4 зубчика чеснока, 2 лавровых листа.

Свежие здоровые листья сельдерея тщательно вымыть. На дно подготовленных стеклянных банок положить зубчики чеснока и лавровый лист. Затем заполнить банки листьями сельдерея, залить горячим маринадом и стерилизовать в кипящей воде 20—25 мин.

Сельдерей с яблоками и яблочным соусом

3 молодых корня сельдерея, 500 г яблок, 50 г сливочного масла или маргарина, 2 ст. ложки сахара, 2 стакана яблочного сока, 1 ст. ложка крахмала, соль, молотый перец.

Сельдерей и яблоки очистить, нарезать мелкими кубиками и слегка обжарить в масле, посолить, поперчить, добавить сахар, влить яблочный сок и довести до кипения. Заварить крахмалом, как кисель (для густоты).

Напиток из сока сельдерея с сыром и молоком

400 г корневого сельдерея, 250 г тертого сыра, 1/2 стакана холодного кипяченого молока.

Сельдерей натереть на терке и из полученной массы выжать сок. Тертый сыр (200 г), сок из сельдерея, холодное молоко взбить миксером за 1 мин. Подать напиток хорошо охлажденным, посыпав сверху оставшимся тертым сыром.

Коктейль из сока сельдерея

1 стакан сока из сельдерея (см. выше способ приготовления), 2 стакана холодного кипяченого молока, 1 лимон, 1 яичный желток.

Все компоненты тщательно смешать миксером или в шейкере и сразу подать.

Сок сельдерея с медом

1 корень сельдерея, 1 ст. ложка меда.

Измельчить корень сельдерея на терке или пропустить через мясорубку, отжать сок, добавить в него мед.

Напиток из сельдерея с корицей и гвоздикой

1/2 стакана сока сельдерея, 1/2 стакана воды, 1 чайная ложка меда, отвар корицы и гвоздики по вкусу.

Смешать все компоненты.

Сельдерей листовой, замороженный в морозильнике

Обрезать корни, удалить подвядшую и пожелтевшую зелень, посторонние включения. Каждую ветку осторожно промыть в трех — четырех водах, не повреждая зеленую часть. Посушить. Плотно упаковать в полиэтиленовые пакеты и запаять. Замораживать 20—24 ч. Хранить в морозильнике не более 8—10 месяцев. Использовать в кулинарных целях, не размораживая.

• При приготовлении супа или бульона за 5—10 мин до окончания варки положить отрезанный от зеленого брикета кусок.

•• Рекомендуется добавлять зелень и в зимние салаты.

••• Так же замораживают и зелень петрушки.

Сельдерей корневой, замороженный в морозильнике

Промыть отрезанные корни сельдерея в трех — четырех водах, разрезать пополам или на дольки. Плотно упаковать в полиэтиленовые пакеты и запаять. Замораживать 18—20 ч. Хранить не более 8—10 месяцев. Использовать, не размораживая.

• Добавлять в салаты, хлебное тесто, тесто для кондитерских изделий, соусы, маринады, домашние колбасы, сыры.

•• Так же замораживают и корневую петрушку.

Укроп. Рецепты блюд и изделий с укропом

vadji/adik0

Паста горчичная с укропом

1 ст. ложка готовой горчицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка измельченного укропа.

Измельченный укроп растолочь. Растереть масло с горчицей и с толченым укропом (можно взбить вмесь). Полученную пасту использовать для бутербродов из ржаного хлеба.

Яйца с соусом из укропа

5-6 яиц. Для соуса: 2 пучка укропа, 2 ст. ложки муки, 3 ст. ложки масла, п. ложки кислого молока или простокваши, 1 ст. ложка уксуса, соль.

Яйца сварить вкрутую, очистить, разрезать пополам в длину, приговить соус из укропа: муку поджарить с маслом до золотистого цвета, добавить мелко нарезанный укроп, слегка поджарить, развести горячей водой, посолить и варить при слабом огне 10—15 мин. Полученный соус умеренной густоты снять с огня и заправить кислым молоком (или простоквашей) и уксусом.

Яйца уложить на блюдо и полить соусом из укропа. Подать горячими.

Горячий молочный соус с укропом

1 пучок укропа, 1 стакан молока, 1 ст. ложка масла или маргарина, 1 ст. ложка муки, соль.

Растопить в кастрюле сливочное масло или маргарин, добавить муку и обжарить, помешивая, не давая ей стать коричневой. Продолжая помешивать, добавить частями молоко, посолить и на слабом огне 3 мин. Готовый соус смешать с мелко нарезанным укропом.

Суп из кислого молока с укропом

1 пучок зелени укропа, зеленый лук, 0,5 л молока, 0,25 л воды, 0,5 л сметаны, 1 яйцо, 200 г муки, лимонная кислота, 2 ломтика хлеба, соль

Молоко перемешать с водой, посолить, прокипятить в нем нарезанные зелень и лук, заправить сметаной с разведенными в ней яйцом и мукой, перемешивая суп во время варки, чтобы белок свернулся в нем мелкими хлопьями. Подкислить готовый суп разведенной лимонной кислотой и подааь с хлебом, нарезанным лапшой и обжаренным.

Чорба из зелени петрушки, укропа и мяты

1 пучок укропа, 1 пучок зелени петрушки, 1 небольшой пучок мяты, 3 ст. ложки муки, 3 cm ложки сливочного масла, б—7 стаканов кипятка, 1 яйцо, 1/2 стакана молока, соль, молотый перец.

Поджарить муку с маслом, не давая ей стать коричневой, добавить мелко нарезанную зелень, размешать, залить кипятком, посолить и варить 15—20 мин, затем заправить яйцом, кипяченым молоком и посыпать перцем.

Укроп, консервированный в уксусе

Для заливки: 0,75 л воды, 0,25луксуса 9%-ного.

Молодую зелень укропа вымыть, подсушить, нарезать на кусочки и плотно уложить в банки. Залить разбавленным уксусом и закрыть крышкой Использовать для приготовления маринадов и как приправу к блюдам.

vadji/adik0

Зеленый кефир

4 cm ложки мелко нарезанной зелени укропа, 1 л кефира, соль, молотый перец.

Кефир охладить, взбить с измельченной зеленью, заправить по вкусу солью и перцем.

• Таким же образом можно приготовить кефир с зеленью петрушки.

Петрушка. Рецепты блюд и изделий с петрушкой

Масло с петрушкой

100 г сливочного масла, 1 cm. ложка мелко нарезанной зелени петрушки, 1 чайная ложка лимонного сока, соль по вкусу.

Хорошо размять сливочное масло, посолить по вкусу, добавить очень мелко нарезанную зелень петрушки и лимонный сок. Массу взбить, охладить. Использовать для бутербродов, а также для украшения жареных блюд.

Салат из корневой петрушки

500 г корневой петрушки, 3 больших яблока, 2 луковицы, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки, 1 лимон для сока, 2 ст. ложки растителъного масла, соль, сахар.

Очищенные и вымытые корни петрушки натереть на терке, мешать с крупно нарезанными яблоками, добавить мелко нарезанные репчатый лук и зелень петрушки, лимонный сок. Заправить растительным маслом, добавить соль и сахар по вкусу.

Соус из петрушки

Приготовление см. в рецепте «Яйца с соусом из укропа» (укроп заменить петрушкой).

Суп из петрушки с манными клецками

2 пучка зелени петрушки, 2 желтка, 3—4 ст. ложки топленого масла, 1 ст. ложка муки, манная крупа, соль по вкусу.

В кипящую подсоленную воду всыпать мелко нарезанную лень петрушки. Взбить желтки и прибавить к ним столько манной крупы, чтобы получилась густая каша. С помощью двух чайных ложек брать эту кашу и опускать в кипящий суп. Из масла и муки приготовить бе-тую пассеровку и, когда манные клецки будут почти готовы, добавить ее в суп и варить все при кипении на среднем огне еще 7—8 млн. При подаче суп заправить кислым молоком и черным перцем

Холодный суп из кореньев петрушки и сельдерея

5 корней петрушки, 3 корня сельдерея, 2 луковицы, 1 ст. ложка растительного масла, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 2 ст. ложки рубленой петрушки, соль, уксус, сахар.

Поджарить на растительном масле мелко нарезанный лук, добавить нарезанные кружочками очищенные корни петрушки и нарезанные дольками очищенные корни сельдерея Все перемешать,

залить кипятком, добавить соль, уксус, сахар по вкусу и варить до готовности овощей (но овощи не должны быть очень мягкими) Охладить, добавить зеленый лук и зелень петрушки.

Коренья петрушки под белым соусом

400 г кореньев петрушки, 1 стакан белого соуса, 1 чайная ложка мелко нарезанной зелени петрушки или красного молотого перца.

Очищенные и вымытые коренья петрушки нарезать кусочками, добавить немного воды и жира и тушить до относительной мягкости Полить белым соусом, посыпать перцем или зеленью. Подавать на гарнир к мясу или рыбе.

Котлеты с петрушкой и брынзой

2 больших пучка зелени петрушки, 5 перьев зеленого лука, 2 ст. ложки растительного масла, 2 яйца 3 cm ложки муки, 3/4 стакана тертой брынзы жир для фритюра, соль.

Промыть и мелко нарезать зелень петрушки и зеленый лук, припустить с растительным маслом, снять с огня и слегка охладить. Прибавить яйца, тертую брынзу, муку и соль по вкусу. Массу размешать и, набирая ложкой, опускать в сильно разогретый фритюр. Поджаренные котлеты подавать с кефиром или простоквашей.

Грибы с петрушкой

2 больших пучка зелени петруки, 1 глубокая тарелка сежих грибов, 5—6 ст. ложек растительного масла, 5 перьев зеленого лука, 1 ст. ложка муки, 1 чайная ложка томата-пюре или 2—3 помидора, 1 чайная ложка молотого красного сладкого перца, соль

Очистить и промыть свежие грибы. Мелкие грибы оставить целыми, крупные нарезать ломтиками и варить в подсоленной воде примерно 30 мин. Приготовить заправку из растельного масла, мелко нарезанных перьев зеленого лука, муки, томата-пюре или помидоров и молотого красного сладкого перца. Добавить в заправку грибы вместе с отваром, довести до кипения и прибавить мелко нарезанную зелень петрушки Варить при слабом кипении 15—20 мин.

При желании готовые грибы можно заправить взбитой ю из 2 яиц и 1 стакана кислого молока.

Ревень. Рецепты блюд и изделий из ревеня

Свежий ревень с сахаром

400 г молодого ревеня, 100 t сахара, цедра лимона или апельсина или корица.

Ревень промыть, снять грубые волокна, нарезать его поперек тонкими ломтиками, посыпать сахаром и, плотно закрыв посуду, поставить в холодильник на 2 ч. Подать, посыпав тертой цедрой лимона или апельсина или корицей.

• Можно подать ревень со взбитыми сливками.

Салат из ревеня и свеклы

2—3 стебля ревеня, 2 свеклы, 2—3 cm ложки сахара или меда, укроп или зелень петрушки.

Ревень промыть, очистить от грубых волокон, нарезать поперек тонкими ломтиками, смешать с сахаром или медом и поставить на 30 мин в холодильник. Смешать с натертой свеклой, посыпать измельченной зеленью. Можно добавить тертую лимонную цедру.

• Молодые черешки ревеня можно использовать, не снимая с них волокон.

Салат из ревеня и моркови

2-3 стебля ревеня, 3 моркови, 2 луковицы, 4 ст. ложки майонеза. 2 ст. ложки мелко нарезанного укропа, соль.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать кружочками,морковь и лук — соломкой. Все смешать, посолить, полить майонезом и посыпать укропом.

Икра из ревеня и свеклы

2 стебля ревеня, 200 г свеклы, сливочное масло или сметана, сахар, соль.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень мелко нарезать. Отварить или испечь свеклу, очистить от кожицы, нарезать дольками, смешать с ревенем и пропустить через мясорубку. Заправить массу по вкусу сливочным маслом или сметаной, сахаром, солью, прогреть на огне 5—10 мин, часто помешивая, чтобы икра не пригорела. Перед подачей на стол охладить.

Ревень с оригинальной подливкой

500 г ревеня, 75 г изюма, 0,25 л воды, 100 г сахара, 2—3 яйца, 0,25 л молока, 50 г сахарной пудры, 2 ядра горького миндаля.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать кусочками, добавить вымытый изюм, залить кипятком, слегка поварить, снять с огня и засыпать сахаром. Желтки, сахарную пудру и дробленый миндаль хорошенько растереть, частями добавляя молоко, затем смесь перемешать с ревенем. Добавить взбитые белки и охладить.

Сладкий суп из ревеня с сухариками

300 г ревеня, 1 л воды, 150г сахара, 1 ст. ложка картофельного крахмала, тертая цедра (апельсина или лимона), корица, сухарики.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать кусочками и варить, добавив сахар и специи, до мягкости. Заправить кипящий отвар разведенным в холодной воде крахмалом, довести до кипения. Прежде чем разлить суп по тарелкам, положить в каждую по сладкому сухарику. Подавать остуженным.

Сладкий суп из ревеня с кефиром

200 г ревеня, 1 л кефира, 1/2 стакана сахара, корица, лимонная цедра.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать и сварить в сахарном сиропе, не допуская разваривания. Вынуть ревень шумовкой, охладить. Кефир смешать с холодным сиропом из ревеня, корицей, тертой лимонной цедрой, разлить в порционную посуду, положив в каждую отваренный ревень.

Суп из ревеня с клецками из манки

1 л сладкого супа из ревеня (см. «Сладкий суп из ревеня с сухариками»). Для клецек: 1/2 стакана молока, 2 ст. ложки манной крупы, соль, масло, 1 яйцо.

Молоко вскипятить, добавить масло, соль, манную крупу, проварить при слабом нагреве, снять с огня, ввести в кашу взбитое яйцо. С помощью двух чайных ложек формовать небольшие клецки, опускать в слегка подсоленный кипяток и варить до всплытия. Вынуть клецки шумовкой и, когда остынут, положить в сладкий суп.

Запеканка из ревеня, белого хлеба и творога

400 г ревеня, 400 г черствого белогохлеба, 200 г творога, 100 г масла или маргарина, 200 г сахара, 4 яйца, 4 ст. ложки молока, щепотка ванилина или цедра лимона.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать, засыпать половиной нормы сахара, дать постоять. Стереть с хлеба корочку на терке, мякоть нарезать кубиками, обжарить в жире. Творог смешать с оставшимся сахаром и специями.

В смазанную жиром форму положить слой хлеба, на него — слой творожной массы, затем слой ревеня. Залить все смесью взбитого яйца и молока. Запечь в духовке. Подавать с сиропом от ревеня.

Запеканка из ревеня и риса

400 г ревеня, 1 стакан риса, 1 стакан воды, 1 стакан молока, соль, 2 ст. ложки масла, 4 яйца, 150 г сахара, корица, 1 ст. ложка сахарной пудры, 1 чайная ложка какао.

Промытый рис поварить на воде, добавить молоко и варить до полуготовности, посолить. Очищенный от грубых волокон ревень засыпать сахаром и выдержать 2 ч. Яичные белки отделить от желтков, желтки растереть с сахаром, смешать с остывшей рисовой кашей. Белки взбить в густую пену. В смазанную маслом форму положить слой рисовой каши, сверху — ревень (без сиропа), взбитые белки, посыпать смесью сахарной пудры, корицы и какао. Запечь в духовке. Подавать с сиропом из ревеня.

Открытый пирог с ревенем

500 г ревеня, 1 яйцо, 200 г сметаны, 100 г сахара, цедралимона или корица. Для теста: 0,5 л молока, 1 кг муки, по 50 г сливочного масла и маргарина, 1 ст. ложки сахара, 1/2 чайной ложки соли, 50 г дрожжей.

Приготовить дрожжевое тесто. Очищенный от грубых волокон ревень нарезать кружочками, посыпать сахаром, закрыть крышкой и дать настояться.

Тесто раскатать в пласт толщиной 2 см, выложить на протиивень, смазанный жиром, края загнуть наверх. Яйцо взбить,смешать с образовавшимся от настаивания ревеня сиропом, добавить специи и густую сметану. Ревень равномерно распределить по поверхности теста, залить подготовленной смесью. Выпечь пирог в духовке, дать остыть, накрыв салфеткой или полотенцем, разрезать на кусочки, посыпать сахарной пудрой.

Масса творожная с ревенем

200 г ревеня, 200 г творога, 150 г сахара, 3 лица, цедра лимона или щепотка ванилина, 1 ст. ложка сахарной пудры.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать кусочками, посыпать сахаром, закрыть крышкой и дать настояться, Желтки отделить от белков. Желтки растереть с 3 ст. ложками сахара, добавить щепотку ванилина или тертую цедру лимона. Взбить отдельно белки, постепенно добавляя в них сахарную пудру. Желтки смешать с творогом, ввести взбитые белки. Подать массу в порционной посуде, разместив вокруг засахаренный ревень, Подавать блюдо охлажденным.

Крем из ревеня

500 г ревеня, 100 г сахара, 50 г манной крупы, 2 яичных белка, пакетик ванилъного сахара, соль.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать кусочками, залить кипятком так, чтобы только покрыть ревень,датьзакипеть, добавить манную крупу и варить на слабом огне 15-20 мин. Незадолго до конца варки добавить сахар и щепотку соли. Охладить, подшивая массу, ввести взбитые белки с ванильным сахаром. Разлить крем в вазочки и охладить перед подачей.

Сливочный крем из ревеня

500 г ревеня, 200 г сливок, 1 стакан сахара, 1 чайная ложка желатина.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать кусочками, засыпать сахаром, закрыть крышкой и дать настояться. Желатин залить водой на 1 ч. Ревень тушить в образовавшемся сиропе до полуготовности, добавить набухший желатин, дать ему полностью раствориться. Остудить. Сливки взбить, вмешать в них холодный сироп с кусочками ревеня, оставив часть из них для гарнира. Положить крем в порционную посуду и дать ему застыть на холоде.

Мусс из ревеня

300 г ревеня, 0,5 л воды, 150 г сахара, 2 ст. ложки манной крупы, цедра лимона.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать кусочками, залить в кастрюле водой и варить до размягчения. Добавить сахар, всыпать манку, помешивая, и прогреть до набухания. Готовую кашу остудить, взбить, добавить тертую цедру лимона. Подавать мусс с молоком.

Варенье из ревеня по-латышски

1 кг ревеня, 900 г сахара, 0,3—0,4 л воды.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать кусочками длиной 1,5—2 см. Растворить в воде сахар, довести до кипения и залить сиропом ревень. Настаивать 2—3 ч, затем довести до кипения и варить на слабом огне 15—20 мин. Варенье будет готово, когда сироп станет прозрачным, перестанет пениться.

Мармелад из ревеня по-чешски

1 кг ревеня, 600 г сахара, 1 лимон или 2—3 г лимонной кислоты, 1 стакан крыжовенного или красносмородинового сока.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать кусочками, положить в кастрюлю, добавить 2—3 ст. ложки воды и уварить на слабом огне до загустения. Когда ложка будет оставлять след на поверхности массы, добавить сахар и соки (выжатый из лимона или разведенную лимонную кислоту, а также крыжовенный или красносмородиновый). Варить до готовности на сильном огне.

Прохладительный напиток из ревеня и кофе

1 стакан сока ревеня, 1 стакан охлажденного черного кофе, кубики льда, сахар.

К соку ревеня добавить охлажденный кофе, сахар по вкусу, долить до 1 л кипяченую воду и подать с кубиками пищевого льда.

Приготовление сока ревеня. Нарезанный кусочками ревень довести до кипения в небольшом количестве воды, отжать и добавить сахар по вкусу.

Морс из ревеня

200 г ревеня, 1 л воды, 2—3 cm ложки сахара или меда, 2—3 почки гвоздики, цедра лимона или апельсина

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень варить с приправами до размягчения, процедить, остудить, добавить сахар или мед.

Квас из ревеня

300 г ревеня, 2л воды, 200 г сахара, цедра лимона или апельсина, побеги черной смородины, 25 г дрожжей.

Вымытый и очищенный от грубых волокон ревень нарезать кусочками и сварить в кастрюле с приправами, затем дать настояться. Отвар процедить, добавить сахар. В остывший до 35° С отвар добавить дрожжи, посуду накрыть и поставить в теплое место, чтобы квас выбродил. Перед подачей охладить в холодильнике. Подавать с гренками или печеньем.

• Этот напиток можно приготовить из отвара верхних волокон ревеня, взяв большее количество их.

Коктейль с соком ревеня

1 стакан сока ревеня с сахаром, 2 стакана молока, 1 желток, сок 1/2 лимона.

Пастеризованное молоко охладить. Смешать сок ревеня с молоком, желтком и лимонным соком, встряхнуть в банке с хорошо закрывающейся крышкой и сразу подать.

Щавель. Рецепты блюд и изделий из щавеля

Салат из щавеля

200г щавеля, 2 кислых яблока, 1 луковица или немного чеснока, 1 cm ложка рубленой зелени петрушки, 4—5 редисок, 1/2 стакана сметанного соуса, укроп.

Вымытый и обсушенный щавель мелко нарезать, добавить натертые с кожицей яблоки, рубленый лук или тертый чеснок, ломтики редиски и измельченную зелень петрушки. Смешать с соусом, украсить зеленью и редиской

Салат из щавеля с морковью

150 г щавеля, 2 моркови, 1 яблоко, 1 небольшая луковица или немного чеснока, 1 небольшой соленый огурец, 1/2 стакана творожного соуса или соуса из растительного масла, укроп, 2—3 редиски.

Вымытый и обсушенный щавель мелко нарезать, добавить натертые морковь, яблоко, лук или чеснок. При желании добавить нарезанный соломкой соленый огурец. Смешать с соусом, выложить в салатник, украсить зеленью укропа и редиской.

Приготовление соуса из растительного масла. 1г стакана растительного масла, 1—2 ст. ложки столового уксуса или кислого сока, 4 чайной ложки соли, 1/4 чайной ложки сахара, перец по вкусу. Все смешать и взбить.

Приготовление творожного соуса. 100 г творога, 1 стакан молока, соль, сахар (при желании — тмин или горчица). Творог растереть деревянной ложкой. Зернистый творог протереть сквозь сито или провернуть через мясорубку, заправить специями, добавить молоко, растереть в однородную сметанную массу.

• Сухой творог разводить большим количеством молока, жирный — меньшим.

Соус из щавеля

300 г щавеля, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 200 г бульона, соль, молотый перец, сметана.

Вымытый, мелко нарезанный щавель тушить на масле вместе с мелко нарезанным луком. Всыпать ложку муки и влить 200 г бульона. Посолить, поперчить и варить до загустения. Для улучшения вкуса добавить сметану (можно и мускатный орех).

Холодник из щавеля

500 г щавеля, 1 свежий огурец, пучок зеленого лука, 1 вареное яйцо, 100 г сметаны, 2 чайные ложки сахара, 1 ст. ложка мелко нарезанного укропа, соль, перец.

Щавель отварить в подсоленной воде или нежирном бульоне, остудить. Зеленый лук и огурец мелко порезать, добавить рубленый белок и протертый желток. Суп заправить сахаром, солью и перцем по вкусу. Охладить. Перед подачей добавить сметану, посыпать укропом.

Щавель с орехами

2,5 стакана щавеля, 3 луковицы, 3/4 стакана очищенных грецких орехов, 4 веточки кинзы, соль, молоко.

Щавель сварить в подсоленной кипящей воде, откинуть на дуршлаг, порубить. Очищенные грецкие орехи истолочь с солью, добавить немного молока, нашинкованный репчатый лук, мелко нарезанную кинзу, подготовленный щавель. Все хорошо перемешать и положить на тарелку.

Щавель, тушенный с маслом и яйцами

1 кг щавеля, 150 г топленого масла, 6 яиц, 2 луковицы, кинза, соль.

Щавель отварить в кипящей воде, откинуть на дуршлаг. После того как стечет вода, щавель слегка обжарить и измельчить. Нашинкованный репчатый лук также слегка обжарить на топленом масле. Добавить щавель, мелко нарезанную кинзу, соль, масло, все хорошо перемешать и тушить до готовности. За несколько минут до окончания тушения массу залить взбитыми яйцами.

Суфле из щавеля

1 кг щавеля, 40 г сливочного масла, 5 чайных ложек пшеничной муки, 100 г сметаны, 40 г тертого сыра, 3 яйца, соль.

Отваренный щавель измельчить ножом. В неглубокой кастрюле разогреть масло, поджарить муку, положить щавель, выдержать в течение 3—5 мин на огне, постепенно влить сметану, непрерывно помешивая. Добавить тертый сыр и посолить по вкусу. Всю массу слегка охладить, прибавить желтки и взбитые в пену белки, сложить в смазанную маслом форму, сверху слегка сбрызнуть маслом, посыпать тертым сыром и поставить в сильно нагретую духовку на 40—60 мин. На стол подавать в той же форме

Запеканка из щавеля

1,5 кг щавеля, 60 г тертого сыра, 50 г сливочного масла, 20 г пшеничной муки, 100 г белого хлеба, 40 г топленого масла, 30 г толченых сухарей, соль.

Перебрать, промыть и отварить щавель. Слив воду, измельчить щавель на мясорубке Добавить тертый сыр и поджаренную на сливочном масле муку, посолить. На дно формы уложить ломтики обжаренного хлеба, сверху положить щавель, посыпать сухарями, смешанными с сыром, и поставить в духовку. Следить, чтобы запеканка не кипела, а только подрумянилась сверху. На стол подать в той же форме.

Щавель и сныть с орехами

По 4 ст. ложки рубленого щавеля и листьев сныти, 2 яйца, 4 грецких ореха, 1 стакан воды, 2 ст. ложки растительного масла.

Щавель промыть, измельчить с листьями сныти. Яйца сварить вкрутую. Ядра грецких орехов растолочь в однородную массу. В кипящую воду положить щавель, сныть, довести до кипения и сразу же снять с огня. Охладить зелень в отваре, затем слегка обсушить, добавить к ней орехи, яйца, растительное масло, подать к столу.

Пирог со щавелем

2 стакана муки для пресного теста, 1 яйцо для смазки. Для начинки: 300 г щавеля, 1 чайная ложка крахмала, 1/2 стакана сахара, 1/4 чайной ложки корицы.

Вымытый щавель перебрать, мелко нарезать и перемешать с сахаром, корицей и крахмалом. От приготовленного теста отделить треть, остальное раскатать в пласт толщиной 1—1,5 см и выложить на смазанный маслом противень. Сверху уложить приготовленную начинку из щавеля и накрыть пластом, раскатанным из оставшегося теста. Защипать края, смазать яйцом и выпекать в духовке при температуре 180—200° С.

Щавель консервированный

Свежие листья щавеля тщательно сортировать, выбрасывая все посторонние включения (веточки, траву и т. п.), тщательно вымыть, затем бланшировать, опустив в кипящую воду, налитую в

кастрюлю слоем около 2 см. При прогревании цвет листьев из ярко-зеленого превращается в оливковый. Прокипятив массу 3—4 мин, сразу же небольшой шумовкой разложить в промытые и стерилизованные банки и залить жидкостью, в которой щавель бланшировался. Заполненные горячим щавелем банки закатать и, не стерилизуя, перевернуть вверх дном и оставить для охлаждения.

• Щавель содержит много кислоты, поэтому вполне достаточно консервировать его способом горячего разлива, т. е. не стерилизуя.

•• Консервировать щавель можно как в виде цельных листьев, так и в протертом виде (щавель-пюре)

Огурцы в щавелевом соке

Для заливки: 300 г щавеля, 800 г воды, 50 г соли, 50 г сахара.

Огурцы бланшировать, уложить в трехлитровую банку и трехкратно залить кипящей заливкой. После третьей заливки банку закатать. Для приготовления заливки щавель отварить в воде, протереть, добавить соль, сахар и прокипятить.

Кисель из щавеля

400 г щавеля, 1 л воды, 1/3 стакана сахара, 1 ст. ложка (без верха) крахмала.

Щевель хорошо промыть, измельчить и тушить в небольшом количестве воды, затем протереть через сито, добавить остальную воду, сахар и варить 3 мин. Ввести крахмал, разведенный холодной водой, довести кисель до кипения и остудить.

Хрен. Рецепты блюд и изделий с хреном

Масло с хреном для бутербродов

1 корень хрена, 100 г сливочного масла, соль.

Очищенный и вымытый корень хрена подержать в ледяной воде, натереть на мелкой терке, смешать с размягченным сливочным маслом, посолить. Взбить массу и нанести тонким слоем на ломтики ржаного хлеба.

• Для этой масляной смеси хорошо использовать соленое сливочное масло. В этом случае приправлять ее солью не следует.

Масса из хрена и яиц со сметаной

200 г корня хрена, 5 яиц, 1 стакан сметаны, сахар, уксус, соль.

Хрен хорошо промыть, очистить, подержать в ледяной воде, затем натереть. Яйца сварить вкрутую, охладить, очистить, измельчить, растереть со сметаной и перемешать с хреном. Заправить по вкусу сахаром, уксусом и солью.

• Использовать для бутербродов и как гарнир к колбасным изделиям.

Яйца под соусом хрен

4—5 яиц, 1/2 стакана мелко натертого хрена, 1/2 ломтика белого хлеба, 1 яблоко, 1 чайная ложка сахара, 1 ст. ложка уксуса, 3—4 ст. ложки кислого молока, соль по вкусу, 500 г картофеля, масло, тертый сыр.

Яйца сварить вкрутую, очистить от скорлупы и разрезать пополам вдоль, положить половинки на тарелку. Отварить в

подсоленной воде мелкий картофель (более крупный нарезать кубиками). Готовый картофель отцедить, залить разогретым сливочным маслом и выложить на середину тарелки и между половинками яиц. Посыпать картофель тертым сыром, а яйца залить соусом хрен.

Приготовление соуса

Замочить в воде 1/2 ломтика хлеба, отжать, смешать с мелко натертыми хреном и яблоком, сахарным песком, уксусом, кислым молоком, посолить.

Салат из хрена с яйцами и зеленью

100 г хрена, 4 вареных яйца, по 1 ст. ложке мелко нарезанной зелени петрушки и укропа, 2 ст. ложки измельченного зеленого лука, 1 стакан сметаны, 2 чайные ложки сахара, соль по вкусу.

Хрен натереть на мелкой терке, перемешать с сахаром и оставить открытым на 1 ч, затем смешать с рублеными яйцами, луком и зеленью, залить все сметаной, посолить и вымешать.

Салат из картофеля с хреном

500 г картофеля, 1—2 свеклы, 1 ст. ложка мелко натертого хрена, 3 ст. ложки растительного масла, соль, молотый черный перец иуксус по вкусу, майонез для заправки.

Сварить в кожуре картофель и свеклу. Сваренные овощи охладить, очистить, нарезать кубиками, прибавить мелко натертый хрен, соль, черный молотый перец, уксус по вкусу и растительное масло. Все хорошо размешать и выдержать 1—2 ч. Подать в салатнице, заправив майонезом.

• Майонез можно приготовить из 1 желтка и 1 кофейной чашечки растительного масла.

Подливка из хрена

100 г корня хрена, 50 г сливочного масла, 2 ст. ложки муки (с верхом), 0,25 л мясного бульона, 200 г сметаны, 2 желтка, соль, сахар, уксус.

Вымытый и очищенный хрен выдержать в холодной воде, натереть, сбрызнуть уксусом. Масло разогреть, смешать с мукой, залить мясным бульоном и довести смесь до закипания. Добавить подготовленный хрен и сметану, приправить сахаром, уксусом, солью, прибавить желтки, размешать. Не кипятить!

• Подавать к отварным мясу, рыбе.

Майонез с хреном

100 г корня хрена, 1 стакан майонеза.

Подготовленный хрен (см. выше) натереть на терке, ошпарить кипятком и охладить. В майонез добавить тертый хрен и хорошо перемешать.

• Подавать к холодным, блюдам из мяса, рыбы, к заливному.

Соус с хреном и хлебом

4 ст. ложки натертого хрена, 1 стакан тертого пшеничного хлеба или 4 ст. ложки молотых сухарей, 2 ст. ложки сливочного масла, 1/2 ст. ложки муки, 2 ст. ложкиуксуса, 2 стакана воды, соль.

Растереть сливочное масло с мукой, добавить тертый пшеничный хлеб или молотые сухари, хрен, соль, уксус, воду. Все тщательно перемешать и прокипятить.

• Подавать соус горячим х мясу, рыбе.

Приправа из хрена и яблок

5 0 г мелко натертого хрена, 2 больших яблока.

Яблоки натереть на пластмассовой терке и хорошо перемешать с хреном.

• Подавать к мясу, птице.

Приправа из хрена и взбитых сливок

50 г мелко натертого хрена, 200 г сливок.

Тертый хрен смешать со взбитыми сливками.

• Подавать как изысканную приправу к мясу, птице.

Напиток «Ядреный»

4 ст. ложки натертого хрена, 0,5 л яблочного сока, 1 стакан сметаны, 1/2 лимона, соль, сахар.

Перемешать яблочный сок, натертый хрен и сметану, выжать туда сок из половины лимона и заправить по вкусу солью и сахаром.

• Напиток можно приготовить с помощью миксера: взбить все за 25—30 секунд.

Чеснок. Рецепты блюд и изделий с чесноком

Гренки с чесноком

2—3 зубчика чеснока, 200 г ржаного хлеба, соль, жир для поджаривания хлеба.

Ржаной хлеб нарезать ломтиками, поджарить с обеих сторон на растительном масле, маргарине или сале, остудить. Зубчики чеснока растереть с солью и смазать этой смесью ломтики поджаренного хлеба.

• Подавать к пиву, бульону, овощам.

Чесночное масло

100 г чеснока, 125 г сливочного масла.

Головки чеснока разделить на зубчики, очистить от оболочек, ошпарить кипятком, хорошо обсушить, растолочь в ступке и, добавляя кусочками сливочное масло, протереть через сито.

• Предпочтительнее использовать для бутербродов из ржаного хлеба.

Паштет из чеснока, брынзы, орехов

2 головки чеснока, 400 г брынзы, 200 г орехов, 200 г масла, зелень.

Головки чеснока разделить на зубчики, очистить от оболочек, пропустить через мясорубку с брынзой и орехами, перемешать со сливочным маслом. При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью.

Соус чесночный с ржаным хлебом

6 зубчиков чеснока, 200 г черствого ржаного хлеба, 1—2 стакана кипятка, 1 желток, 1/2 стакана растительного масла, уксус или лимонная кислота, соль.

Мякиш ржаного хлеба натереть на терке, залить кипятком и, когда хлеб хорошо набухнет тщательно растереть. Добавить растертый с солью чеснок, желток и растительное масло, заправить по вкусу уксусом или разведенной лимонной кислотен и хорошо вымешать все до густоты майонеза

• Подавать как приправу к сосискам, колбасе, вареному мясу

Соус с чесноком и орехами (молдавская кухня)

6 зубчиков чеснока, 10 грецких орехов, 200 г пшеничного хлеба, 0,5 л молока, 3/4 стакана растительного масла, соль, уксус, или лимионная кислота.

Пшеничный хлеб замочить в теплом молоке пли воде и, когда он набухнет, растереть. Грецкие орехи растолочь, смешать с хлебом, добавить растертый чеснок, тщательно перемешать, положить в эмалированную миску, поставить на слабый огонь и при постоянном помешивании влить тонкой струйкой растительное масло. Прокипятить. Когда масса приобретет консистенцию густой сметаны, заправить ее солью, уксусом или разведенной лимонной кислотой, хорошо перемешать.

• Подавать к овощным бптодам мясу.

Чесночный масляный соус «Гасконское масло» (французская кухня)

12 зубчиков чеснока, 4 cm ложки свиного то гчеиого сала или говяжьего жира, вытопившегося при приготовлении других блюд, соль.

Чеснок варить в соленой воде 15 мин, после чего откинуть на сито, затем растолочь со свиным салом или говяжьим жиром, посолить по вкусу

• Подавать к блюдам из бобовых, к баклажанам, грибам

Ореховый соус с чесноком по-тулузски

2—3 зубчика чеснока, 100 г ядер грецких орехов, 150 г рафинированного растительного масла, 1/4 чайной ложки соли.

Ядра грецких орехов растолочь в ступке с чесноком, посолить. Выложить на блюдо и, добавляя сначала по каплям, а затем тонкой струйкой масло, растирать, пока не получится густой соус.

• Можно намазывать на хлеб, подавать к мясу.

Чесночное масло с базиликом и сыром

2—3 зубчика чеснока, 3 ст. ложки сливочного масла, 6 веточек базилика, щепотка соли, 2 ст. ложки тертого сыра.

Чеснок растолочь в ступке, добавить зелень базилика и тоже растолочь, затем добавить размягченное сливочное масло, соль, тертый сыр и растереть все до получения однородной массы.

• Подавать к супам (на хлеб), рыбным блюдам, макаронам. Если это масло приготовляется для макарон, сливочное масло можно заменить рафинированным растительным.

Тюря с чесноком по-испански

2—3 крутных зубчика чеснока, 200 г пшеничного хлеба, 1 яйцо, соль.

Пшеничный хлеб нарезать кусочками, смешать с натертым чесноком, залить кипятком, посолить, добавить при подаче сырое яйцо.

Бобовые овощи. Рецепты блюд из бобовых овощей

Салат из несозревших стручков фасоли

Отварить в соленой воде несозревшие стручки фасоли, предварительно сняв с них боковые прожилки (волокна). Сваренные и нарезанные стручки положить в салатницу вместе с мелко нарезанными яблоками или кольцами лука, залить растительным маслом или майонезом.

Салат из стручковой фасоли со свежим огурцом

400 г стручковой фасоли, 1 луковица, 1 свежий огурец, укроп, 100 г майонеза или 50 г растительного масла, соль, сахар.

С несозревших стручков желтой или зеленой фасоли удалить боковые прожилки (волокна), нарезать стручки звеньями, сварить в слегка подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, смешать с нарезанным кольцами луком, сахаром по вкусу, дольками свежего огурца, мелко нарезанным укропом, залить растительным маслом или майонезом.

• Зимой можно использовать консервированную стручковую фасоль, а огурцы заменить консервированными помидорами.

Салат из стручковой фасоли с яблоками

200 г стручковой фасоли, 2яблока, 100 г ядер грецких орехов, растительное масло, сахар, соль, лимонная кислота.

Из сахара и воды сварить небольшое количество сиропа. Яблоки нарезать дольками. В сироп добавить лимонную кислоту, опустить в нее дольки яблок и кипятить, не допуская их разваривания. Стручковую фасоль сварить, как указано в предыдущих рецептах. Рубленые орехи смешать с вареной фасолью и остывшими яблоками. Перед подачей полить салат растительным маслом.

Суп из стручковой фасоли с яйцами

250 г стручковой фасоли, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 л бульона, 0, 75 л воды, 2 ст. ложки рисовой муки, 2 ст. ложки сливочного масла, соль, перец.

Сварить очищенные от боковых прожилок стручки фасоли в соленой воде, вынуть, нарезать тонкими полосками. Оставшуюся после варки жидкость влить в горячий бульон и довести до загустения с помощью рисовой муки, разведенной в холодной роде, и варить 10 мин. Протереть яйца над суповой миской через дуршлаг с крупными отверстиями. Туда же положить фасоль и залить все бульоном, предварительно заправив его сливочным маслом, солью и перцем.

Суп из стручковой фасоли с перцем и орехами

250 г стручковой фасоли, 1,5 л бульона или воды, 2 луковицы, 2 картофелины, 2 красных перца, 2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки ядер орехов, соль, сметана, зелень.

Фасоль вынуть из стручков, вымыть, залить бульоном или водой и варить до полуготовности. Добавить обжаренный мелко нарезанный лук, нарезанный кубиками картофель. Нарезанный кольцами красный перец опустить в суп вместе с рублеными орехами, солью и проварить. При подаче положить в суп сметану, измельченную зелень.

Суп-пюре черногорский из зеленой фасоли с огурцами

1 стакан зеленой фасоли, 1 луковица, 2 соленых огурца, 3 чайные ложки муки, 1 ст. ложка масла, 1/4 стакана сметаны, огуречный рассол, укроп, зелень петрушки, б стаканов воды.

Вылущенную и сваренную фасоль протереть. Лук мелко нарезать и обжарить в масле. Соленые огурцы очистить, мелко нарезать, сварить в небольшом количестве кипятка, добавив подрумяненную с маслом муку. Соединить все с фасолью и ее отваром, добавить масло, обжаренный лук, сметану, огуречный рассол. Прокипятить. Перед подачей на стол посыпать измельченной зеленью петрушки и укропа.

Чорба из фасоли

500 г стручковой фасоли, 100 г масла, 2 л воды, 2 луковицы, 1 ст. ложка муки, 1 чайная ложка молотого красного перца, соль, зелень, 1 ст. ложка уксуса, 2—3 зубчика чеснока.

Стручковую фасоль нарезать и варить в подсоленной воде до мягкости. Поджарить в масле мелко нарезанный репчатый или зеленый лук, добавить муку, красный молотый перец, пассеровать, затем положить в суп и варить на слабом огне 5—6 мин. Прежде чем снять до огня, добавить петрушку, укроп. Заправить уксусом и толченым чесноком.

• Для этого супа лучше взять репчатый лук. Можно добавить грибы, сладкий перец и помидоры.

Суп-пюре из стручков зеленого горошка

800 г зеленого сахарного горошка в стручках, 2 ст. лежки, масла, 2 ст. ложки муки, 1 стакан молока, рубленые укроп, петрушка, 6 стаканов воды, соль.

Вылущить зеленый сахарный горошек и сварить в подсоленной воде. Процедить отвар. Стручки залить холодной водой, разварить, протереть через сито. Муку подрумянить, соединить с отварами горошка и стручков и их протертой массой, добавить масло, влить кипяченое молоко или сливки, посолить и поставить варить до готовности. При подаче посыпать рубленой зеленью.

Холодный суп из стручковой фасоли с алычой

300 г стручковой фасоли, 1 морковь, 1 петрушка, 3 помидора, 1/2 стакана алычи, 2 ст. ложки риса, 4 ст. ложки подсолнечного масла, 2л воды, соль.

Стручковую фасоль вымыть, очистить от боковых прожилок, нарезать мелкими звеньями. Морковь и петрушку очистить, нарезать мелкими кубиками. Помидоры натереть на крупной терке. Фасоль и коренья сложить в посуду, влить масло и тушить на слабом огне до мягкости. Залить горячей водой, посолить, дать немного покипеть, добавить подготовленные помидоры и очищенную от косточек алычу, отварной рис, поварить 15 мин. Подавать суп холодным.

Зеленая фасоль, тушенная с чесноком

500 г зеленой фасоли, 6 зубчиков чеснока, 1 ст. ложка мелко нарезанной петрушки, 50 г сливочного масла, соль.

Очищенную и вымытую зеленую фасоль сварить в подсоленной воде откинуть на дуршлаг. Разогреть на сковороде сливочное масло с зеленью петрушки и чесноком, положить туда фасоль и тушить на слабом огне.

Стручковый зеленый горошек тушеный

800 г стручкового неспелого зеленого горошка, 100 г масла, соль, сахар. Срезать кончики стручков, снять боковые прожилки, положить стручкми в кастрюлю, добавить немного горячей воды, соль, сахар, тушить под крышкой до размягчения. Перед подачей сбрызнуть растопленным сливочным маслом.

Бобы, запеченные по-грузински

400 г зеленых бобов в стручках, 5 ст. ложек масла, 1—2 яйца, 1/4 стакана сметаны, 1 ст. ложка тертого сыра, соль.

Сварить в подсоленном кипятке мелко нашинкованные стручковыебобы (предварительно снять с них прожилки). Откинуть на дуршлаг. Растирая і ст. ложку растопленного масла, добавить 1 желток, 1 взбитый белок. Смешать с остывшими бобами, выложить в сотейник, смазать маслом (1 ст. ложка), посыпать сухарной крошкой. Развести сметану яйцом, посолить, залить бобы, посыпать тертым сыром, подрумянить в духовке. 3 ст. ложки масла вскипятить в кастрюле до образования румяного (но не черного осадка), подать к бобам.

Стручковая фасоль, запеченная с творогом

500 г стручковой фасоли, 200 г творога, 4 ст. ложки жира, 2 яйца, 1 луковица, зелень, петрушки, соль, 100 г сухарей, 2 ст. ложки тертого сыра, сливочное масло.

Приготовленные стручки фасоли тушить в подсоленной воде до готовности, откинуть на сито, дать стечь воде. Творог смешать со взбитыми яйцами, мелко нарезанным, пассерованным репчатым луком, зеленью петрушки, сыром, солью и половиной нормы сухарей. В смазанную жиром форму положить слоями фасоль и творожную массу, последним положить слой творожной массы, посыпать сухарями, на поверхности разложить кусочки масла.

Запечь в духовке. Подавать к мясу, утке.

Лобио (фасоль, запеченная по-грузински)

1 кг стручковой фасоли, 2 луковицы, 5—6 ст. ложек сливочного или топленого масла, 4 яйца, зелень, молотый перец, соль, бульон.

Очистить репчатый лук и фасоль, промыть и нарезать. Все положить в кастрюлю, добавить сливочное масло, молотый перед, соль, влить несколько ложек бульона, довести до кипения, после чего положить зелень. Готовую фасоль залить в форме взбитыми яйцами и запечь в духовке.

Фасоль, консервированная по-болгарски

Для заливки: 1 л воды, 20 г соли.

Отобрать зеленые стручки с мясистыми створками и слаборазвитыми семенами. Стручки тщательно вымыть, обрезать с концов и затем нарезать небольшими кусочками. Бланшировать 3—4 мин в кипящей воде и сразу же охладить в холодной. Правильно подготовленная фасоль становится темно-зеленой и эластичной. Фасоль уложить в банки по плечики, залить горячим рассолом и стерилизовать в кипящей воде (литровые банки — 70—80 мин), а затем охладить до 40° С в течение 25 мин.

Фасоль, консервированная по-польски

Длязаливки: 1л воды, 200—225г соли, 10г сахара, 10г лимонной кислоты.

Стручки молодой фасоли вымыть, обрезать с концов и нарезать кусочками длиной 2—3 см. Опустить фасоль на 3 мин в кипящую подсоленную воду (20 г соли на 1 л воды) и охладить в холодной воде. Затем плотно уложить фасоль в банки по плечики и заполнить горячей заливкой, не доливая до краев 2 см. Пастеризовать при 95° С (литровые банки — около 100 мин). Укупорить. Через двое суток повторно пастеризовать при той же температуре 30—35 мин.

Зеленый горошек, замороженный в морозильнике

Сразу после вылущивания зерен из стручков бланшировать их в кипящей воде в течение 2—3 мин, после чего немедленно охладить в холодной воде. Охлажденные зерна горошка уложить в картонные коробки и поставить в морозильник. Если есть возможность, то лучше для ускорения процесса замораживать горошек россыпью тонким слоем на тарелке.

• Бланширование зеленого горошка перед замораживанием имеет большое значение, так как при этом разрушаются ферменты, которые при хранении замороженного горошка могут вызвать его порчу (он приобретает горьковатый привкус).

Стручковая фасоль, замороженная в морозильнике

Зеленую или желтую (восковую) стручковую фасоль с нежными, без волокон стручками вымыть, затем стручки разрезать поперек на кусочки длиной 2—2,5 см и бланшировать в воде так же, как

зеленый горошек. После остывания нарезанные стручки фасоли заморозить в коробках или россыпью с последующей фасовкой в коробки.

Мороженная отварная стручковая фасоль запеченная

500 г стручков фасоли, 3 ст. ложкимасла, 1 ст. ложка молотых сухарей, 2 моркови, 2 луковицы, 1 ст. ложка сметаны, 2 желтка.

Стручки фасоли промыть, удалить прожилки, отварить в подсоленной воде до мягкости. Отвар слить, охладить фасоль на воздухе. Плотно упаковать в полиэтиленовый пакет, запаять. Замораживать в морозильнике 20—24 ч. Хранить не более 8—10 месяцев.

Перед употреблением содержимое пакета отогреть. Форму смазать маслом, посыпать молотыми сухарями, выложить в нее слой стручков, на них — слой натертой сырой моркови, затем снова слой фасоли, за ним — слой нарезанного репчатого лука и снова слой фасоли. Смазать поверхность смесью сметаны и желтков и запекать 25—30 мин.

Овощная смесь. Рецепты блюд и изделий из разных овощей

Сборный салат из овощей с кореньями

1 морковь, по 1 корню сельдерея и петрушки, 1 соленый огурец, 1 яблоко, 1 шт. лука-порея, немного капусты, соль, сахар, 3 cm ложки растительного масла, I чайная ложка горчицы, зелень.

Очищенные и вымытые морковь, сельдерей и петрушку натереть на средней терке. Огурец и яблоко натереть на крупной терке. Лук-порей нарезать тонкими ломтиками. Капусту нашинковать. Измельченные продукты посолить, добавить по вкусу сахар, перемешать с маслом и горчицей, посыпать зеленью.

• Этот салат можно подавать не только как самостоятельное блюдо, но и к любым другим блюдам: мучным, мясным, рыбным, а также к птице, бутербродам.

Салат из сырых овощей с панировочными сухарями

3 сладких перца, 2 помидора, 1 свежий огурец, 1—2 луковицы, 1 стакан кефира или майонеза, 100 г панировочных сухарей, молотый перец, соль.

Из сладкого перца удалить семена и нарезать его полосками. Помидоры и огурец нарезать ломтиками. Лук мелко нарезать. Панировочные сухари поджарить. Все смешать, посолить, поперчить, залить кефиром или майонезом.

• Можно заправить этот салат растительным маслом, лимонным соком или уксусом.

«Дедушкин салат»

4—5 помидоров, 2 свежих и 2 малосольных огурца, 1 луковица или 2 ст. ложки измельченного зеленого лука, 3—4 ст. ложки растительного масла или сметаны, 200 г ржаного или пшеничного хлеба, соль.

Ломтики ржаного или пшеничного хлеба нарезать кусочками средней величины. Помидоры нарезать дольками, свежие и малосольные огурцы — кружочками, репчатый или зеленый лук измельчить. Смешать овощи с кусочками хлеба, посолить, заправить растительным маслом или сметаной. Можно посыпать мелко нарезанной зеленью.

• Можно в этот салат добавить тонко нарезанный сладкий перец.

Салат из моркови и свеклы по-французски

300 г моркови, 250 г свеклы, винный уксус, 2 cm, ложки выдержанного виноградного вина, 3 ст. ложки оливкового масла, несколько маслин, соль, сахар, молотый перец, листья зеленого салата.

Морковь и свеклу вымыть, очистить от кожицы. Морковь натереть на мелкой терке, заправить уксусом, сахаром, солью, перцем, добавить оливковое масло, размешать. Свеклу также натереть на мелкой терке, заправить вином, уксусом, солью и перцем. Зеленый салат вымыть. В салатницу или на порционные тарелки выложить листья салата, на них уложить полосками морковь и свеклу. Маслины вымыть, удалить косточку, порезать дольками и украсить ими салат.

Салат овощной по-киприйски

200 г помидоров, 200 г огурцов, 100 г стручков зеленого или красного перца, 1/2 стакана оливкового масла, сок лимонный, соль.

Помидоры, огурцы и перец вымыть. Помидоры нарезать ломтиками толщиной около 4 мм, огурцы очистить и также нарезать ломтиками. Мелко нарезать стручки красного перца. Овощи, не смешивая, уложить в салатницу слоями. Каждый слой посолить и полить оливковым маслом, сбрызнуть лимонным соком.

Овощной творог

2 ст. ложки нежирного творога, 5 листьев салата, 1 морковь, 1 луковица, 4 ст. ложки томатного сока.

На тщательно промытые листья салата уложить смесь из творога, натертой на мелкой терке моркови и мелко нарезанного лука. Полить томатным соком.

Салат из сырых овощей под маринадом

300 г красного сладкого перца, 300 г зеленых помидоров, 100 г сырой моркови, 100 г репчатого лука, 200 г маринада, соль, перец.

Маринад приготовить из 2 частей растительного масла и 1 части лимонного сока или разбавленного уксуса. Удалить из перца зерна, мелко нарезать его, так же нарезать помидоры и лук. Морковь нашинковать на крупной терке. Подготовленные продукты перемешать, посолить, поперчить и залить маринадом.

Салат из сырых овощей по-испански

200 г сладкого перца, 200 г помидоров, 150 г репчатого лука, 100 г панировочных сухарей, 150 г свежих огурцов, 200 г кефира, соль, перец.

Из перца удалить зерна и нарезать его полосками. Помидоры и огурцы нарезать ломтиками, лук нашинковать. Сухари поджарить. Затем все смешать, залить кефиром, посолить и поперчить.

Острая овощная закуска

2 баклажана, 8 помидоров, 2 сладких болгарских перца, 1/2 стакана растительнаго масла, соль, молотый перец, зелень.

Вымытые баклажаны нарезать кружочками, посолить и дать постоять 15—20 мии, чтобы вытек горький сок, промыть в проточной воде и слегка отжать. На сковороду с разогретым растительным маслом положить кружочки баклажанов и поджарить до готовности. В салатницу уложить слой баклажанов, пересыпать измельченной зеленью и мелко нарезанным болгарским перцем, залить протертыми и слегка проваренными помидорами, в том же порядке положить все снова, посолить, поперчить, залить соком от помидоров. Выдержать 3 ч в холодном месте.

Овощная икра

200 г моркови, 200 г свеклы, 200 г кабачков, 80 г растительного масла, 20 г зелени петрушки и укропа, лимонная кислота, сахар.

В кастрюлю налить растительное масло, положить пропущенные через мясорубку или натертые на пластмассовой терке свеклу, морковь и кабачки, плотно закрыть крышкой и подержать на хорошем огне 12 мин. Первые 3—4 мин можно не мешать, затем, помешивая и закрывая крышкой, тушить еще 9 мин. Остудить икру, добавить измельченную зелень петрушки и укропа, заправить разведенной лимонной кислотой и сахаром.

Салат зеленый с гречневой кашей

5 свежих огурцов, 4 дольки чеснока, 1 луковица, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени сельдерея, 1 ст ложка мелко на резанной зелени петрушки 1/2 стакана овощного соуса, соль, гречневая каша.

Огурцы нарезать соломкой, смешать с рассыпчатой гречневой кашей, добавить рубленый чеснок, зелень сельдерея, петрушки, мелко нарезанный лук, солъ, полить любым овощным соусом.

Салат зеленый с творогом

200 г салата, 2 головки зеленого лука с перьями, зелень петрушки, сельдерея, укроп, 100 г пастеризованного творога, 1/2 стакана сметаны, 5 грецких орехок, соль

Протертый творог соединить с обжаренными и мелкорублеными орехами. Листья салата хорошо промыть, обсушить, мелко нарезать, перемешать с творогом, луком, зеленью, посолить Готовый сатат полить сметаной, украсить зеленью петрушки.

Салат смешанный сладкий

500 г моркови, 200 гяблок, 200 г сырого корневого сельдерея, 50 г растительного масла, 50 г сладкого фруктового сиропа

Морковь, яблоки и сельдерей нашинковать и перемешать, заправить маслом, полить сиропом.

• Пряности не добавлять!

Салат овощной со сгущенкой

200 г сладкого красного перца, 200 г кольраби, 200 г помидоров, 100 г корневого сельдерея, 100 г моркови, 200 г сгущенного молока.

Перец очистить от семян и нарезать полосками. Кольраби, сельдерей и морковь нашинковать. Помидоры разрезать на четыре части. Все смешать со сгущенным молоком.

• Пряности не добавлять!

Салат с апельсином

3 свеклы, 2 моркови, 3 зубчика чеснока, 1/3 л воды, 1 апельсин, 1/2 чайной ложки лимонного сока, 4 ст. ложки сметаны, 2 ст. ложки рубленого укропа.

Сырую свеклу очистить, натереть на крупной терке, добавить лимонный сок. Морковь нашинковать соломкой, смешать с подготовленной свеклой, залить горячей водой, довести до кипения, затем хорошо охладить.

Овощи смешать с апельсином, нарезанным дольками, рубленым чесноком и укропом. Полить сметаной.

Винегрет «Ассорти»

2 картофелины, 1 свекла, 1 морковь, 1 соленый огурец, 1 луковица, 2 ст. ложки квашеной капусты, 3 ст. ложки растительного масла.

В кастрюлю слоями положить нарезанный кружочками очищенный картофель, натертые свеклу и морковь, залить горячей водой, покрыв только картофель, чтобы он варился в отваре, а свекла и морковь как бы на пару, довести до кипения и варить 5—6 мин на слабом огне. Настаивать без нагревания 10—15 мин.

Овощи охладить в отваре, добавить мелко нарезанные лук и огурец, квашеную капусту, перемешать, заправить растительным маслом.

Салат мясной с овощами под соусом

2 ст. ложки мясного фарша, 1 картофелина, 1 морковь, 1 свекла, 1 луковица, 1 ст. ложка майонеза.

На дно кастрюли положить очищенные и нарезанные мелкими кубиками овощи, на них — разведенный водой до консистенции густой сметаны мясной фарш. Продукты залить кипящей водой так, чтобы только покрыть сверху, довести до кипения и варить 5—6 мин, не перемешивая. Настаивать без нагревания 10—15 мин.

Выложить овощи с фаршем в салатницу. В бульон, оставшийся от варки, добавить майонез и полить этим соусом мясной салат.

Салат овощной с вареными бобами

500 г молодых бобов, 100 г помидоров, 50 г репчатого лука, 2 ст. ложки нарезанного укропа, 2 сваренных вкрутую яйца, 1 ст. ложка готовой горчицы, сок лимонный, 1 яичный желток, 3 ст. ложки растительного масла, соль, сахар, молотый черный и красный перец.

Молодые бобы вымыть, залить подсоленным кипятком, сварить, затем охладить, очистить от кожицы. Помидоры, репчатый лук и яйца нарезать кубиками. Яичный желток растереть с готовой горчицей, разбавить растительным маслом и лимонным соком, заправить солью, молотыми красным и черным перцем и сахаром. Помидоры, лук и яйца перемешать с укропом, выложить в салатницу и залить приготовленным горчичным соусом.

Салат овощной с печеным красным перцем

500 г стручков красного перца, 150 г помидоров, 100 г репчатого лука, 3 ст. ложки растительного масла, соль, уксус, стручки зеленого перца.

Из вымытых стручков красного перца удалить семена. Испечь перец в духовке. После охлаждения в закрытой кастрюле стручки нарезать полосками шириной около 1 см. Репчатый лук нарезать перышками, помидоры кубиками. Перемешать все с растительным маслом, заправить уксусом и солью. Выложить в салатницу и украсить нарезанным соломкой зеленым перцем.

Суп-панад

100 г моркови, 150 г репы, 150 г брюквы, 50 г петрушки, 50 г сельдерея, 50 г репчатого лука, 1 ст. ложка масла, 1,5 стакана молока, 1 желток, 4,5 стакана кипятка, зелень, 1 ст. ложка сливочного масла.

Морковь, репу, петрушку, сельдерей, брюкву, лук мелко нарезать и обжарить на растительном масле. Переложить в кастрюлю, залить кипятком и молоком, разведенным с желтком, прокипятить. Добавить сливочное масло, довести до готовности. При подаче посыпать суп измельченной зеленью.

Суп-пюре из тыквы, кабачков, цветной капусты

400 г тыквы, 400 г кабачков, 400 г цветной капусты, 4 ст. ложки муки, 2 ст. ложки сливочного масла, 6 ст. ложек сметаны, 1,5 л овощного отвара, зелень, соль.

Очищенные от кожуры и семян тыкву и кабачок мелко нарезать и припустить. Разобранную на отдельные соцветия цветную капусту отварить в небольшом количестве воды. Готовые овощи протереть вместе с отваром, смешать с приготовленным из муки,

масла и сметаны белым соусом, посолить, прогреть, не доводя до кипения, и подать, посыпав измельченной зеленью.

Борщ ялтинский

100 г красной свеклы, 100 г белокачанной капусты. 250 г картофеля, 2 чайные ложки муки, 2 ст. ложки масла, 1/2 стакана сметаны, 100 г томата-пюре,6 стаканов коды, зелень, соль.

Красную свеклу нашинковать, сварить в подсоленном кипятке. Отдельно сварить мелко нарезанные капусту и картофель, соединить со свеклой и ее отваром, добавить муку, подрумяненную с 1 ст. ложкой масла, сметану, 1 ст. ложку масла, мелко нарезанную зелень, томат-пюре. Прогреть на огне, не доводя до кипения.

• Томат-пюре можно заменить свежими помидорами (разрезать их, потушить в масле, протереть).

Чучу (азербайджанская кухня)

500 г шпината, 500 г мелко нарезанного зеленого лука, 5 стеблей молодого чеснока (с зеленым пером), 6 яиц, 3 ст. ложки молока, 500 г пряной зелени, 100 г топленого масла, 1 стакан сметаны.

Зелень мелко нарезать. Яйца хорошо взбить с молоком до получения однородной массы. В глубокой сковороде или низкой широкой кастрюле распустить масло, перекалить его, обжарить всю зелень последовательно, начиная с нейтральной и кончая пряной, так, чтобы она слегка осела, затем влить

взбитые яйца, быстро и равномерно перемешать их с зеленью и обжарить образовавшийся яично-зелейной блин-омлет с обеих сторон. Подать со сметаной.

Суп овощной с творогом

1 л кефира, 0,5 л коды, 5 средних огурцов, 2 сладких красных перца, 2 яйца, 200 г творога, 2 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, соль.

Пастеризованный творог протереть, смешать с огурцами и сладким перцем, нарезанным соломкой, залить смесью кефира и холодной кипяченой воды, добавить мелко нарубленные крутые яйца, зеленый лук, соль.

Суп молочный из овощей и листьев черной смородины

6 свежих огурцов, 3 ст. ложки мелко нарезанного зеленого лука, 3 ст. ложки рубленых листьев черной смородины, 3 моркови, 1 л молока, 1 л воды, соль.

Свежие огурцы нашинковать соломкой, морковь натереть на терке. Овощи соединить, залить смесью холодного молока с кипяченой холодной водой, посолить. При подаче посыпать мелко нарубленными листьями черной смородины и зеленым луком.

Суп холодный из простокваши

1 л простокваши, 1 морковь, 1 луковица, 1 ст. ложка натертой свеклы, 3 зубчика чеснока, зелень кинзы.

Очищенные, измельченные свеклу, морковь, лук, чеснок залить холодной простоквашей. При подаче положить рубленую кинзу. • Простокваша очень хорошо сочетается с зеленью и овощами.

Клапшот (шотландская кухня)

450 г очищенного картофеля, 450 г репы, 25—50 г топленого масла, 1 ст. ложка (безверха) нарезанного шнитт-лука, соль, перец.

Сварить картофель и репу, размять их в пюре. Добавить масло, лук, посолить и поперчить по вкусу, взбить, не снимая с огня. Подавать очень горячим.

Овощное пюре по-горски (шотландская кухня)

450 г картофельного пюре, 450 г капусты, 225 г очищенной моркови, 225 г очищенной репы, 50 г масла, 1 ст. ложка коричневой подливы (из муки, масла и бульона), соль и перец.

Капусту, морковь и репу нашинковать и отварить в подсоленном кипятке (капусту отдельно — 15 мин, морковь и репу вместе — 30 мин). Сделать из сваренных овощей пюре, соединить с картофельным пюре, влить коричневую подливу, размешать, разогреть, перед подачей посолить, поперчить.

Ботвинья по-польски

300 г красной свеклы, 3 огурца, зелень петрушки, укроп, зеленый лук, 1/2 стакана сметаны, 6 стаканов кваса, 3 яйца, 1 чайная ложка сахара, соль.

Красную свеклу (200 г) отварить в кожуре, очистить, мелко нарезать. Добавить мелко нарезанные свежие огурцы, измельченные укроп, петрушку, зеленый лук, сметану, сырую тертую свеклу с соком, хлебник квас, сахар к соль. Отдельно к ботвинье подать спаренные вкрутую яйца, нарезанные дольками.

Винегрет горячий

300 г картофеля, 200 г репы, люркоои, брюквы, сельдерея, зеленого горошка, 2 соленых огурца, 100 г соленых грибов. Для соусаі: 1/2 стакана овощного отвара, 2,5 чашюй ложки муки, 1/2 ст. ложки масла, 1/4 стакана молока, зелень, соль.

Картфель, репу, морковь, сельдерей, брюкву мелко нарезать и отварить вместе с горошком в подсоленном кипятке. Откинуть на дуршлаг. К отварным овощам добавить мелко нарезанные соленые огурцы и хорошо промытые соленые грибы. Доварить винегрет на огне до готовности. Приготовить соус с укропом и петрушкой и полить им горячий винегрет.

Приготовление соуса. Вскипятить овощной отвар, добавить в него, наливая топкой струйкой, размешанный с мукой холодный овощной отвар (заранее оставленный). Когда соус загустеет, добавить масло, молоко, соль, рубленые укроп я петрушку и снова довести до кипения.

Винегрет, тушенный в горшке

400 г разных овощей, 1,5 ст. ложки масла. Для соуса: 1 луковица, 4 чайные ложки муки, 1 ст. ложка масла, 4 чайные ложки сахара, сок 1/2 лимона, соль.

Морковь, свеклу, картофель, лук мелко нарезать, положить в горшок, смешать с зеленым горошком, посолить, заправить растопленным маслом, перемешать, закрыть крышкой и поставить в духовку с небольшим жаром. Довести до готовности. Отдельно к винегрету подать луковый соус с лимоном и сахаром.

Приготовление лукового соуса. Луковицу сварить в подсоленном кипятке, отвар процедить. Подрумянить сахар. Вскипятить 2 стакана лукового отвара, влить в него тонкой струйкой, помешивая. 1 стакан холодного лукового отвара, размешанного с обжаренной мукой. Когда соус вскипит и загустеет, добавить масло, подрумяненный сахар, соль по вкусу, лимонный сок. Прогреть, не доводя до кипения.

Винегрет можно подать и с другим соусом (провансаль, бешамель, с укропом и петрушкой — см. рецепт выше).

Пюре из кореньев с зеленью

Разные коренья из отвара с капустой, 1 ст. ложка сливочного масла или маргарина, зелень, 1/2 стакана горячего молока.

Коренья из отвара с капустой (но можно и без нее) положить в кастрюлю с горячим молоком и взбить миксером. Непосредственно перед подачей пюре подогреть и посыпать мелко нарезанной зеленью, посолить по вкусу, добавить масло.

• К пюре из кореньев с зеленью можно добавить 1 ст. ложку томата-пасты.

• • Подавать как гарнир к отварному мясу, к яйцам всмятку, глазунье или яйцам в мешочек.

Омлет двойной с овощами

300 г репы, моркови, цветной капусты, картофеля, 8 ст. ложекмолока, 8 чайных ложек муки, 4 яйца, 3 ст. ложки масла, соус с укропом и петрушкой (см. рецепт «Винегрет горячий»), соль.

Мелко нарезанные овощи отварить в подсоленном кипятке, процедить, протереть. Развести яйца с молоком и мукой, посолить. Приготовить два омлета одинаковой величины: вылить смесь на две сковороды в закипевшее масло и подрумянить в духовке. Выложить омлеты в глубокое огнеупорное блюдо, смазанное маслом. На один из них положить отваренные овощи, а вторым покрыть их. Запечь в духовке. Подать к омлету соус с укропом и петрушкой.

Галантин из овощей

50 г репчатого лука, 100 г стручковой фасоли, 125 г томатной пасты, 100 г макарон, 50 г сливочного масла, 75 г хлебного мякиша, 2 яйца, 1/2 стакана молока, зелень петрушки, смесь четырех пряностей, соль, перец.

Лук обжарить до золотистого цвета на сливочном масле. Сварить отдельно фасоль и макароны в соленой воде. Замочить хлеб в молоке. Сварить 1 яйцо вкрутую. Все мелко порубить, смешать с сыром яйцом и мелко нарезанной зеленью. Посолить, поперчить, добавить томатную пасту и пряности. Смазать сливочным маслом глиняную форму, положить в нее смесь и запекать под крышкой в духовке 2 ч. Вынуть из формы на следующий день.

Овощи фри запеченные

500 г картофеля, 500 г кабачков, 500 г баклажанов, 5 00 г репчатого лука,

1 кг помидоров, 5 зубчиков чеснока, соль, черный перец, 2 ст. ложки растительного масла, веточка чебреца, 1 лавровый лист, растительное масло для фритюра.

Подготовленный картофель нарезать соломкой, остальные овощи кружочками. Пожарить во фритюре сначала картофель, зетем кабачки и баклажаны. Уложить в той же последовательности . слоями в глубокий противень, смазанный растительным маслом. Отварить лук в подсоленной поперченной воде, откинуть на дуршлаг и, когда вода стечет, положить его поверх овощей вместе с частью помидоров. Приготовить из оставшихся помидоров, чеснока, лаврового листа, чебреца томатный соус и полить им овощи. Поставить противень с овощами на несколько минут в духовку.

Овощная смесь, запеченная в тесте

2 кочана цветной капусты, 400 г картофеля, 100 г моркови, 1—2 брюквы, соль, 50 г консервированного зеленого горошка, 1 небольшая луковица, зелень петрушки, мускатный орех, 200 г сосисок, 40 г сыра. Для теста: 80 г шпика, 2 желтка, 2 булки,1/2 стакана молока, 2 ст. ложки толченых сухарей, 4 белка, сливочное масло для смазывания формы.

Овощи отварить в подсоленной воде и перемешать с растертым тестом. Нарезанный кубиками шпик вытопить и, когда остынет, растереть с солью и желтками, смешать с заранее замоченной в молоке булкой, добавить приправы, нарезанные кусочками сосиски и разрыхлить взбитыми белками. Запечь в форме, смазанной маслом и посыпанной сухарями. Вынуть запеканку из духовки, посыпать сыром и разделить на порции.

Македонская запеканка

400 г капусты, 400 г шпината, 400 г лука-порея, 150 г репчатого лука, 100 г свиного сала, 50 г сливочного масла, 4 яйца, 250 г сливок или молока, соль, молотый перец, мускатный орех.

Все овощи, кроме лука, отварить отдельно в течение 30 мин, тщательно отжать, протереть или пропустить через мясорубку и обжарить на сливочном масле (можно на маргарине). Обжарить мелко нарезанное свиное сало, добавить нарезанный лук, овощи и тушить несколько минут. Снять с огня, вбить яйца, влить сливки или молоко, заправить солью, перцем, мускатным орехом, перемешать и выложить на большой противень, смазанный маслом.

Запекать в духовке, нагретой до 180° С. до тех пор, пока на поверхности не образуется румяная корочка.

* Эту запеканку можно подавать как в горячем, так и в холодном виде.

Макаронные изделия с овощами

1 стакан макаронных, изделий, 2 моркови, 1 свекла, 1 луковица, 2 стакана коды, 2 ст.ложки маргарина, соль.

В подсоленной кипящей воде сварить макаронные изделия, добавить очищенные и нашинкованные соломкой морковь, свеклу, луковицу, снова довести до кипения и настаивать, накрыв крышкой, 20—30 мин. Подавать с маргарином.

Овощи отварные в молочном соусе

3 моркови, 2 свеклы с ботвой, 2 луковицы, 1 стакан воды, соль. Для соуса: 2 ст. ложки слшючпого масла, 1 ст. ложка муки, 1,5 стакана молока, соль, лимонная кислота.

Очищенные морковь, тук, свеклу нарезать соломкой. Ботву свеклы перебрать, промыть, мелко порубить. Овощи соединить, залить горячей соленой водой, довести до кипения, закрыть крышкой и дать настояться 10—15 мин.

Масло растереть с мукой, постепенно ввести горячее молоко, добавить лимонную кислоту, соль, тщательно перемешать, чтобы не было комков. Овощи залить соусом, проварить 5—6 мин.

Жареные фаршированные овощи

250 г крупного картофеля, 250 г незрелых кабачков, 100 г острого стручкового перца, 200 г репчатого лука, 100 г зелени петрушки, 250 г мяса, 4 яйца, 250 г растительного масла, 100 г мякшим черствого хлеба, 4 ст. ложки муки, 1 ст. ложка молотого черного перш, 1/2 ст. ложки молотого кориандра, соль. Для соуса: 150 г помидоров, 1 ст. ложка аджики, 1/2 ст. ложки молотого красного перца, соль.

Отрезать основание у стручкового перца и удалить семена. Разрезать каждую очищенную картофелину пополам и вырезать середину. Срезать верхнюю часть у помидоров, вынуть мякоть и дать стечь соку. Очистить небольшие кабачки, разрезать пополам и вырезать середину. Каждую луковицу разрезать пополам и вынуть середину.

Приготовить фарш из провернутого через мясорубку мяса, мелко нарезанных петрушки и лука, предварительно замоченного тертого черствого хлеба, черного перца, кориандра, 2 сырых яиц, соли. Нафаршировать этой смесью все овощи.

Нагреть растительное масло и пожарить в нем сначала перец. Взбить 2 яйца, окунуть в них остальные овощи, обвалять в муке и пожарать в хорошо разогретом масле. На оставшемся после жарения масле приготовить соус из измельченных в пюре помидоров, аджики, красного перца, 1/2 стакана воды и соли. Соус к овощам подать отдельно.

Гренки, запеченные с капустой, тыквой и сыром

1/4 небольшого кочана капусты, 100 г тыквы или кабачка, 1 морковь, 1 яблоко, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени, 2 ст. ложки тертого сыра, 200 г пшеничного хлеба, 1/2 стакана молока и 1ст. ложка жира, 1 яйцо, соль, сахар.

Нашинкованные овощи потушить с молоком или маслом. Добавить мелко нарезанное яблоко, зелень, яйцо, сахар по вкусу и соль, хорошо перемешать. Горкой положить овощи на ломтики хлеба, посыпать тертым сыром и запечь в духовке.

Гренки, запеченные с луком, сладким перцем и сыром

2 луковицы, 2 сладких перца, 200 г пшеничного хлеба, 2 ст. ложки растительного масла, сок 1/2 лимона, 1/2 ст. ложки томатной пасты, 100 г сыра, сахар, соль, молотый перец.

Лук и сладкий перец нарезать кольцами, слегка потушить в растительном масле с небольшим количеством воды, добавить немного сока лимона, томатной пасты, сахара, соли, молотого перца. На ломтики хлеба положить тушеные овощи, накрыть их ломтиком сыра. Запечь гренки в хорошо нагретой духовке. Как только сыр начнет плавиться, вынуть из духовки и сразу подать на стол.

Тефтели-ежики с мясным фаршем

200 г свежей капусты, 80 г моркови, 40 г репчатого лука, 200 г риса, 200 г мясного фарша, 2 яйца, 20г муки, 20 г сливочного масла или маргарина, 100 г томата-пюре, 150 г сметаны, зелень.

Все овощи нарезать мелкой соломкой, добавить сваренный до полуготовности рис, фарш, сырые яйца, хорошо перемешать массу, сформовать тефтели-ежики, панировать в муке и обжарить на масле. Залить ежики томатом-пюре, смешанным со сметаной, и тушить 10 мин. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью.

Клецки с овощами

600 г различных овощей (морковь, брюква, капуста, цветная капуста, картофель), 200 г растительного масла или сала, 3 яйца, 2 стакана молока, 1/2 стакана пшеничной муки, 3 ст. ложки молотых сухарей, соль, молотый перец.

Ломтики пшеничного хлеба нарезать кубиками, слегка обжарить в растительном масле или сале и хорошо перемешать с яйцами, молоком и мукой. Овощи очистить, натереть на терке или мелко порубить, обжарить на масле или сале (половина нормы), добавить молоко или воду и тушить до готовности на очень слабом огне. Добавить хлебную массу, посолить, поперчить, сформовать из нее клецки и сварить в кипящей воде или бульоне. Подавать с бульоном или томатным соусом.

• Можно подать клецки, посыпав сухарями, обжаренными в оставшемся растительном масле или жире.

Котлеты овощные сборные

4 картофелины, 2 моркови, 2 репы, 2 корня сельдерея, 1/2 стакана молока, 2 яйца, 3—4 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки молотых сухарей или муки, 200 г тертого пшеничного хлеба или 150 г сухарей, по 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки и укропа, соль.

Сварить очищенные и нарезанные овощи в молоке, добавить накрошенный пшеничный хлеб или сухари, остудить, добавить 1 ст. ложку растительного масла, яйца, муку, соль, зелень, хорошо перемешать, сформовать котлеты, обвалять в муке или молотых сухарях, обжарить на масле, сале или маргарине. Подавать с толченым чесноком или жареным луком, или свежими и солеными овощами (огурцы, помидоры, свекла).

Овощи, маринованные по-тайски

По 1 стакану мелко нарезанных овощей (цветной капусты, свежих огурцов, белокочанной капусты), 1 стакан зерен кукурузы, 2 стакана уксуса, приправленного по вкусу солью и сахаром, 1 стакан растительного масла, по 1 ст. ложке мелко нарезанных чеснока, лука-шолота и красного стручкового перца.

Каждый из видов овощей бланшировать в кипящем уксусе. Чеснок, лук-шалот и красный стручковый перец растолочь (все

вместе), получившуюся пасту обжарить в масле. Когда при обжаривании появится выраженный запах, добавить бланшированные овощи и хорошо перемешать. Несколько минут жарить на сильном огне, постоянно помешивая. Попробовать овощи и, если надо, приправить по вкусу.

В таком виде овощи можно сразу подать на стол. Можно также остудить и хранить в банке с плотно притертой крышкой, используя по мере надобности.

Маринованная овощная смесь в «лодочках» из огурцов

Отобрать огурцы длиной 12—15 см, вымыть, разрезать вдоль, вырезать ложкой середину с семенами. Образовавшиеся полости начинить смесью измельченных маринованных овощей.

«Лодочки» из огурцов можно заполнить любой смесью или салатом из овощей, покрыв сверху соусом.

Овощная смесь соленая

4 кг моркови, 2,5 кг петрушки, 2,5 кг листьев сельдерея, 5 00 г лука-порея, 500 г листьев петрушки, 1,5 кг соли.

Для заливки: на 1 л воды — 250г соли.

Морковь и коренья тщательно вымыть, обрезать головки и корни и соскоблить кожицу, нарезать соломкой или кубиками. Отсортированные и тщательно вымытые листья измельчить. Подготовленные овощи смешать, пересыпать солью и плотно уложить в банки. В воде растворить соль, довести до кипения и рассолом сразу же залить содержимое банок. Закрыть банки полиэтиленовыми крышками.

• Использовать для приготовления салатов, заправки первых блюд и пр.

Зелень-ассорти соленая с перцем

Зелень петрушки, сельдерея и укропа вымыть, мелко нарезать. Коренья петрушки, сельдерея, морковь, репчатый лук-порей вымыть, очистить и нарезать ломтиками, кольцами или пластинками. Чтобы придать смеси приятную остроту и запах, на 1 кг смеси добавить 1 стручок острого и 3—5 стручков сладкого перца, очищенных от семян и тонко нарезанных. Нарезанные овощи тщательно перемешать с солью (20—25% всей массы). Смесь разложить в стеклянные банки, закрыть бумагой и завязать. Хранить при комнатной температуре в темном месте.

Овощная смесь квашеная

1 кг моркови, 1 кг лука, 1 кг сладкого перца, 1 кг кореньев сельдерея, 1 кг цветной капусты или свеклы, 100—150 г соли, 150 г сахара, 5—8 г лимонной кислоты, 1—2 г семян укропа или тмина.

Морковь и коренья сельдерея вымыть, обрезать головки и корни, соскоблить кожицу и нарезать кусочками. Зеленый мясистый перец вымыть, удалив семена, нарезать мелкими кусочками, опустить на 2—3 мин в кипящую воду и затем

сразу остудить в холодной. Цветную капусту выдержать в подсоленной воде (1 чайная ложка соли на 1 л воды) для удаления мелких насекомых, вымыть, мелко нарезать, опустить на 2—3 мин в кипящую воду и сразу же остудить в холодной. Лук очистить и нарезать кольцами. Подготовленные овощи сложить вместе, добавить соль, сахар, лимонную кислоту, тмин или укроп. Этой смесью заполнить банки, покрыть салфеткой, положить кружок и гнет, поставить в теплое место. Через 10—15 дней, когда брожение закончится, перенести в холодное место.

Заготовка для зеленых борщей

500 г щавеля, 500 г зеленого лука, 250 г укропа, 75—100 г соли.

Свежие листья щавеля перебрать, вымыть и измельчить. У зеленого лука обрезать корни, тщательно вымыть его и нарезать кусочками длиной 1—2 см. Молодой укроп перебрать, вымыть и мелко нарезать. Все компоненты смешать и тщательно перетереть с солью, чтобы выделился сок, затем плотно уложить в банки. Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 20 мин, литровые — 25 мин.

• Перед употреблением промыть зелечь в проточной воде, чтобы удалить излишек соли.

Овощное ассорти в маринаде пастеризованное

1 кг краснокочанной капусты, 1 кг сладкого красного перца, 1 кг моркови, 1 кг цветной капусты, 200—400 г лука. Для заливки: на 1 л воды — 200— ЗООгсахара, 100—150 г соли, 0,45 луксуса 9%-ного, На литровую банку: по 5—8 горошин черного и душистого перца, 3—6 семян тмина шшукропа, 5—10 семян горчицы, 1—2 лавровых листа, 8—10 г зелени эстрагона.

Красжжочанную капусту нашинковать, как для квашения. Цветную капусту разделить на соцветия. Из плодов перца удалить семена, плоды тщательно вымыть и мелко нарезать. Лук нарезать мелкими кубиками. Морковь очистить и нарезать тонкими кружочками или соломкой. Цветную капусту бланшировать 4—5 мин в кипящей подкисленной (1 г лимонной кислоты на 1 л воды) или подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды). Подготовленные овощи смешать, плотно уложить в банки по плечики и залить горячим маринадом. Пастеризовать при 90° С: пол-литровые банки — 20 мин, литровые и двухлитровые — 25 мин.

Напиток из морковного и томатного сока с молоком

2—3 помидора или 1/2 стакана томатного сока, 2—3 моркови или 1/2 стакана морковного сока, 4—5 стаканов свежего молока, соль, молотый перец, зелень.

Мытые помидоры измельчить, морковь натереть, все смешать и, взбивая, добавить молоко. Заправить солью, перцем и зеленью. Подавать холодным.

Кефир с луком, чесноком и огурцом

2 стакана кефира или простокваши, 1 свежий огурец, 4 дольки чеснока, 2 головки репчатого лука, соль.

Свежий огурец, репчатый лук и дольки чеснока натереть на терке. Все тщательно перемешать с кефиром или простоквашей. Посолить. Подавать напиток сильно охлажденным.

Напиток с морковью к сельдереем

2 моркови, 1 корень сельдерея, 1 яблоко, 100 г простокваши.

Овощи и яблоко вымыть, очистить, ополоснуть кипяченой холодной водой, натереть на мелкой терке. Все хорошо перемешать и добавить простоквашу. Еще раз перемешать.

Овощной напиток с йогуртом

2 стакана йогурта, 1,5 стакана отвара из овощей (моркови, лука, сельдерея, петрушки, лука-порея), 1,5 стакана сметаны, 2 ст. ложки мелко нарезанной зелени петрушки и укропа, соль.

Овощи вымыть, очистить, нарезать, залить кипятком, отварить.

Отвар процедить, охладить. Холодный отвар прибавлять постепенно к йогурту, взбивая веничком или миксером. Соединить со сметаной и зеленью, посолить.

• Напиток можно подавать в чашках вместо супа.

Сбитень

1 л горячей воды, /2 стакана сахара, 15 г гвоздики, 15 г корицы, 15 г имбиря, 15 г кардамона, несколько лавровых листьев.

Распустить в горячей воде мед, добавить сахар, гвоздику, корицу, имбирь, кардамон, лавровый лист, поставить на огонь и прокипятить с момента закипания в течение 10—15 мин.

• Подавать сбитень горячим.

Овощи для заправки блюд, замороженные в морозильнике

120 г пряной зелени, 20 г корней петрушки, сельдерея, 25 г моркови, 30 г зеленого перца, 200 г помидоров.

Отборную пряную зелень (3/4 петрушки, укропа и 1/4 зелени сельдерея) промыть в трех — четырех водах, стряхнуть, мелко нарезать. Корни петрушки, сельдерея, морковь и зеленый перец без сердцевины нарезать соломкой и добавить к зелени. Помидоры промыть и нарезать дольками. Все

плотно упаковать в полиэтиленовый пакет и запаять. Замораживать 20—24 ч. Хранить не более 8—10 месяцев.

• За сутки до использования переложить в плюсовую камеру холодильника. Употреблять для салатов. Для приготовления горячих блюд содержимое пакета можно предварительно отогреть в теплой воде.

Приложение. Соусы и заправки к овощным блюдам

Майонез домашний

На 1 стакан растительного масла — 2 желтка, 2 ст. ложки уксуса, соль, сахар.

В фарфоровую или фаянсовую чашку влить сырые яичные желтки, посолить и перемешать веничком или лопаткой. Затем небольшими порциями (по чайной ложке) вливать растительное масло, каждый раз тщательно смешивая его с желтками. Когда из масла и желтков получится густая однородная масса, прибавить уксус. Если соус слишком густой, добавить в него около 1 ст. ложки теплой воды.

• Для более острого вкуса в соус можно прибавить 1/4 чайной ложки готовой горчицы, которую нужно смешать с желтками до заправки соуса маслом.

Соус молочный

На 1 стакан молока — 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, соль.

Муку слегка прожарить с таким же количеством масла и развести горячим молоком, вливая его постепенно. Соус варить, непрерывно помешивая, 5—7 мин, затем посолить по вкусу.

Соус сметанный

На 1 стакан сметаны — по 1 ст. ложке муки и масла, соль, 1 стакан овощного отвара.

Муку слегка прожарить с таким же количеством масла, развести овощным отваром и сметаной. Прокипятить смесь в течение 5 мин, добавить по вкусу соль и процедить.

Соус грибной

На 50 г сухих грибов — 1 ст. ложка муки, 1 головка лука, 2 ст. ложки масла, соль.

Промытые в теплой воде сухие грибы замочить в 3 стаканах холодной воды на 2—3 ч, затем в этой же воде сварить без добавления соли.

1 ст. ложку муки с таким же количеством масла прожарить до светло-коричневого цвета и развести 2 стаканами горячего процеженного грибного бульона. Полученный соус варить при слабом кипении 15—20 мин. Мелко нарезанный лук пожарить с маслом, добавить нашинкованные сваренные грибы и еще раз все вместе слегка прожарить, а затем переложить в соус, посолить по вкусу и прокипятить.

Соус томатный

На 1/2 стакана томата-пюре — 1/2 ст. ложки муки, по 1/2 моркови и петрушки, 1/2 головки лука, 1 ст. ложка масла, 1 стакан мясного бульона (или воды), соль.

Коренья и лук очистить, мелко нарезать и поджарить в масле, добавить во время жарения муку. После этого положить томат-пюре, размешать, развести 1 стаканом воды (или мясным бульоном) и проварить на слабом огне 5—10 мин. После окончания варки соус протереть, посолить по вкусу, положить в него кусочек сливочного масла и размешать.

Соус томатный с растительным маслом

На 3 помидора — 1 ст. ложка муки, 2 ст. ложки растительного масла, 1 луковица, соль, 2 стакана воды (или овощного отвара).

Помидоры и лук очистить, промыть, нашинковать, пассеровать в растительном масле до готовности, развести горячей кипяченой водой или овощным отваром, довести до кипения, протереть через сито. Муку подсушить на сковороде до светло-желтого цвета, развести небольшим количеством воды или холодным овощным отваром, соединить с процеженным отваром и кипятить 5—10 мин, затем посолить.

Соус сметанный с томатом-пюре

На 1/2 стакана сметаны — 1 стакан овощного отвара, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка масла, 1/2 ст. ложки томата-пюре, соль, молотый перец.

Пшеничную муку поджарить в масле до светло-желтого оттенка, добавить гомат-пюре, снова поджарить, развести овощным отваром и варить 5—10 мин. Добавить в соус сметану, молотый перец, соль по вкусу и довести до кипения.

• Если в кипящий соус добавить протертый через сито спелый помидор, получится розовый сметанный соус.

• Можно приготовить сметанный соус с луком, добавив в приготовленный сметанный соус обжаренный в масле мелко нарезанный репчатый лук (1—2 головки).

Соус лимонный

На 2 ст. ложки сливочного масла — 1,5 чайной ложки муки, 250 г сливок, 1 лимон, соль, сахар.

Масло растереть с мукой в кастрюле, влить сливки, добавить соль и сахар по вкусу, натертый на терке лимон и прокипятить, помешивая.

Соус с яйцами

На 1 ст. ложку муки — 1 яйцо, 1 ст. ложка масла, 4 стакана бульона или молока.

Муку слегка прожарить на масле, развести бульоном и дать соусу прокипеть 10—15 мин, после этого яичный желток развести в бульоне или молоке, влить в соус и размешать.

• Вместо желтка в соус можно добавить рубленое вареное яйцо.

Соус яично-масляный

На 2 яичных желтка — 150 г сливочного масла, соль, лимонный сок.

В кастрюлю влить 2 ст. ложки холодной воды, добавить тщательно отделен

ные от белков яичные желтки, посолить и взбить веничком. Поставить кастрюлю на слабый огонь или водяную баню и, лодкладывая по маленькому кусочку сливочного масла, помешивать, не допуская не только кипения, но и сильного нагревания. Кактолько соус загустеет, прибавить по вкусу лимонный сок.

Соус сухарный

На 2 ст. ложки толченых сухарей — 3—4 ст. ложки масла.

В разогретое масло всыпать мелко истолченные сухари и, поставив кастрюлю на огонь, дать сухарям зарумяниться. Можно также сначала сухари поджарить на сковороде без масла, а затем соединить их с растопленным маслом.

Соус из растительного масла

На 1/2 стакана растительного масла — 1 -2 ст. ложки столового уксуса или кислого сока, 1/4 чайной ложки соли, 1/4 чайной ложки сахара, молотый перец по вкусу.

Все смешать и взбить.

Соус с укропом и петрушкой

На 1,5 стакана овощного отвара — 2,5 чайной ложки муки, 1/2 ст. ложки масла, 1/4 стакана молока, зелень укропа, петрушки, соль.

Вскипятить овощной отвар, добавить в него, наливая тонкой струйкой, размешанный с мукой холодный овощной отвар, заранее оставленный. Когда соус загустеет, добавить масло, молоко, соль, рубленые укроп и петрушку и снова довести до кипения.

Соус луковый

На 1 луковииу — 4 чайные ложки муки, 1 ст. ложка масла, 4 чайные ложки сахара, сок 1/2 лимона, соль.

Луковицу сварить в подсоленном кипятке, отвар процедить. Подрумянить сахар. Вскипятить 2 стакана лукового отвара, влить в него тонкой струйкой, помешивая, 1 стакан холодного лукового отвара, размешанного с обжаренной мукой. Когда соус вскипит и загустеет, добавить масло, подрумяненный сахар, соль по вкусу, лимонный сок. Прогреть, не доводя до кипения.

Соус из помидоров и аджики

На 150 г помидоров — 1 ст. ложка аджики, 1/2 ст. ложки молотого красного перца, соль, 2 ст. ложки растительного масла.

На хорошо разогретом масле обжарить измельченные в пюре помидоры, добавить аджику, красный перец, 1/2 стакана воды и соль по вкусу. Прогреть все вместе и подать соус отдельно к овощам.

Соус кисло-сладкий на овощном отваре

На 400 г овощного отвара — 1 ст. ложка сливочного масла, 1 ст. ложка томата-топе,1/2 стакана чернослива, 1 луковица, 1 яблоко, 1/2 моркови, 1 петрушка, 1/4 стакана сметаны, соль.

Лук, морковь, петрушку очистить, промыть, пропустить через мясорубку, добавить масло, томат-пасту, прогреть 5—6 мин, залить овощным отваром и довести до кипения. Чернослив промыть, вынуть косточки, нарезать. Яблоки промыть, удалить семена, нарезать кубиками. Подготовленные чернослив и яблоки положить в кипящий соус, варить 2—3 мин, хорошо вымешать, добавить сметану и довести до кипения.

• Вместо овощного отвара можно использовать мясной бульон.

Соус из укропа с яйцом

На 1 пучок укропа — 1 желток, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка мясного бульона или овощного отвара, 1 чайная ложка уксуса столового, соль.

Муку поджарить на масле, развести бульоном или овощным отваром, добавить мелко нарубленный укроп, прокипятить на слабом огне. Перед подачей смешать с уксусом или лимонным соком, взбить с желтком.

Чесночная подлива (муждей)

На 3 головки чеснока — 1/2 стакана воды или мясного бульона, соль.

Очищенный чеснок посолить и истолочь до образования густой массы. Залить водой или мясным бульоном.

Чесночный соус

На 2 головки чеснока — 1 чайная ложка молотого сладкого красного перца, 1 желток, 1/2 стакана растительного масла, 1 чайная ложка уксуса.

Толченый чеснок перемешать с молотым сладким перцем, солью, желтком, растительным маслом, уксусом, растереть до кремообразного состояния.

Соус из фруктового пюре

На 1 стакан фруктового пюре — 1/2 стакана молока, натертый хрен, соль, сахар.

Из мелко нарезанных яблок и слив (можно только из яблок) приготовить пюре, смешать с молоком, добавить по вкусу натертый хрен, соль и сахар.

• Этот соус хорош для овощных клецек, котлет.

Творожный соус

На 100 г творога — 1 стакан молока, соль, сахар (при желании — тмин или горчица).

Творог растереть деревянной ложкой, заправить специями, добавить молоко, растереть в однородную массу.

• Сухой творог разводить большим количеством молока, жирный — меньшим.

Заправка овощная (французская кухня)

На 2 стакана оливкового (кукурузного или другого рафинированного растительного) масла — 1/2 чайной ложки сухой горчицы, 1 зубчик чеснока, 2 чайныеложки соли, 1/2 чайной ложки свежемолотого черного перца, 1/2 чайной ложки сушеного базилика, 1/2 стакана мелко нарезанной петрушки, 1/4 стакана сухого белого вина, 1/2 стакана винного уксуса.

Растолочь чеснок и петрушку, добавить сухую горчицу, соль, перец, базилик. Влить вино, уксус и масло. Размешать до получения однородной массы (взбить миксером). Слить все в бутыль, закрыть пробкой и дать постоять несколько часов. Перед употреблением взбить, не выливая из бутыли,

• Из указанного количества продуктов должно получиться 3 стакана заправки.

Заправка из уксуса и растительного масла

На 1/4 стакана уксуса — 1—2 ст. ложки растительного масла, 1 чайная ложка сахарной пудрьс или на 2 ст. ложки уксуса — 4—5 ст. ложек растительного масла, 1/2 чайной ложки сахарной пудры, соль, перец.

Уксус перед заправкой салата тщательно смешать с солью, молотым перцем, сахаром и маслом.

Заправка на лимонном соке с яйцом

На 3/4 стакана растительного рафинированного масла — 1/4 стакана лимонного сока, 3/4 чайной ложки соли, 1/4 чайной ложки свежемолотого черного перца, 3 желтка из сваренных вкрутую яиц.

Вареные яичные желтки размять вилкой в блюде, добавить соль, перец и тонкой струйкой, непрерывно размешивая, влить растительное масло. Растереть до образования однородной массы. Непрерывно размешивая, влить лимонный сок и взбивать массу до тех пор, пока она не приобретет консистенцию крема.

• Вместо 3 желтков можно взять 2 мелкорубленых сваренных вкрутую яйца (белки и желтки).

•• Вместо лимонного сока можно использовать 3%- ный уксус.

Заправка из томатной пасты

На 2 ст. ложки томатной пасты — 2 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка готовой горчицы, 2 ст. ложки воды, сом, сахар, молотый перец.

Тщательно перемешать томатную пасту с растительным маслом и готовой горчицей, добавляя прокипяченную воду, заправить по вкусу солью, сахаром, молотым красным перцем.